

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2658.43 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; suma cukrów prostych: 40.54 g; Błonnik pokarmowy: 53.39 g; Sól: 21.74 g; WW: 30.7 Por; Cholesterol: 329.94 mg;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2876.07 kcal; Białko ogółem: 135.97 g; Tłuszcz: 104.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 388.07 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Błonnik pokarmowy: 57.31 g; Sól: 22.02 g; WW: 33.33 Por; Cholesterol: 349.94 mg;

<b>środa 2024-10-02</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2369.42 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; suma cukrów prostych: 47.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; Sól: 20.97 g; WW: 26.48 Por; Cholesterol: 326.75 mg;

<b>środa 2024-10-02</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2639.12 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 83.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 378.87 g; suma cukrów prostych: 85.53 g; Błonnik pokarmowy: 53.18 g; Sól: 6.6 g; WW: 32.77 Por; Cholesterol: 268.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2867.6 kcal; Białko ogółem: 135.41 g; Tłuszcz: 97.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 397.45 g; suma cukrów prostych: 86.57 g; Błonnik pokarmowy: 64.52 g; Sól: 7.24 g; WW: 33.51 Por; Cholesterol: 296.49 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2165.81 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 332.5 g; suma cukrów prostych: 64.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Sól: 5.52 g; WW: 30.6 Por; Cholesterol: 197.44 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2150.11 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 291.96 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; Sól: 5.26 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 219.84 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1467.85 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.9 g; Węglowodany ogółem: 175.87 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g; Sól: 3.14 g; WW: 16.03 Por; Cholesterol: 202.24 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1582.64 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 58.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 198.13 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Błonnik pokarmowy: 17.99 g; Sól: 3.24 g; WW: 18.17 Por; Cholesterol: 208.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2198.14 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 67.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 311.12 g; suma cukrów prostych: 62.2 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 5.34 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 228.84 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sałata zielona 8g 8 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.87 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 92.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 337.1 g; suma cukrów prostych: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 48.18 g; Sól: 20.96 g; WW: 28.95 Por; Cholesterol: 285.64 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1819.62 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 262.19 g; suma cukrów prostych: 35.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; Sól: 4.6 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 144.36 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), sok owocowy 200ml 200 g, arbuź 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2188.15 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 268.54 g; suma cukrów prostych: 55.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Sól: 4.6 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 240.18 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), sok owocowy 200ml 200 g, arbuź 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2603.95 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; suma cukrów prostych: 61.74 g; Błonnik pokarmowy: 54.61 g; Sól: 6.89 g; WW: 30.51 Por; Cholesterol: 241.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 122.87 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; suma cukrów prostych: 38.41 g; Błonnik pokarmowy: 52.93 g; Sól: 21.03 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 243.85 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, pomidor 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2907.21 kcal; Białko ogółem: 144.44 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 391.69 g; suma cukrów prostych: 53.87 g; Błonnik pokarmowy: 58.86 g; Sól: 21.96 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 322.23 mg;

środa 2024-10-02			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> ), pasta z twarogu 150 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Potrawka drobiowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.26 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; suma cukrów prostych: 41.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; Sól: 7.36 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 126.94 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.85 kcal; Białko ogółem: 57.93 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 305.57 g; suma cukrów prostych: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g; Sól: 3.44 g; WW: 28.73 Por; Cholesterol: 442.99 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 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> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.4 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 51.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; suma cukrów prostych: 116.5 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sól: 5.19 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 227.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 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. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna kostka gotowana 50 g ( <u>SEL, _</u> ),
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2059.63 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 43.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; suma cukrów prostych: 101.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; Sól: 5.09 g; WW: 31.23 Por; Cholesterol: 154.51 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR, _</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2722.27 kcal; Białko ogółem: 139.66 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 382.49 g; suma cukrów prostych: 61.15 g; Błonnik pokarmowy: 55.18 g; Sól: 21.99 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 307.53 mg;

środa 2024-10-02 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;

środa 2024-10-02 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;

środa 2024-10-02 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 twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB, _</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.5 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; suma cukrów prostych: 91.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; Sól: 4.83 g; WW: 30.02 Por; Cholesterol: 199.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
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> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.11 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 82.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 330.62 g; suma cukrów prostych: 52.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g; Sól: 5.39 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 259.19 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 150 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: arbuz 200 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1634.09 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 225.5 g; suma cukrów prostych: 39.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sól: 4.02 g; WW: 19.23 Por; Cholesterol: 140.66 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2470.94 kcal; Białko ogółem: 121.69 g; Tłuszcz: 87.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 337.95 g; suma cukrów prostych: 39.54 g; Błonnik pokarmowy: 52.93 g; Sól: 20.95 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 276.93 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1956.12 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; suma cukrów prostych: 59.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 4.86 g; WW: 28.42 Por; Cholesterol: 119 mg;

środa 2024-10-02 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, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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, śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.38 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 63.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 299.01 g; suma cukrów prostych: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 43.37 g; Sól: 20.29 g; WW: 25.77 Por; Cholesterol: 190.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2429.57 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; suma cukrów prostych: 42.42 g; Błonnik pokarmowy: 53.8 g; Sól: 21.47 g; WW: 29.55 Por; Cholesterol: 275.53 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Atopowa		
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, kasza gryczana na sypko 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,
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, ryż na wodzie 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1951.62 kcal; Białko ogółem: 67.65 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 287.63 g; suma cukrów prostych: 72.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; Sól: 1.96 g; WW: 24.86 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1992.64 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 225.55 g; suma cukrów prostych: 25.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; Sól: 16.65 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 245.28 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1897.78 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 217.01 g; suma cukrów prostych: 20.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.97 g; Sól: 16.31 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 189 mg;

środa 2024-10-02 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2137.37 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 102.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 231.66 g; suma cukrów prostych: 27.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.74 g; Sól: 16.66 g; WW: 21.44 Por; Cholesterol: 257.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), margaryna 15 g, śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ogórek świeży 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.11 kcal; Białko ogółem: 91 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 307.23 g; suma cukrów prostych: 30.87 g; Błonnik pokarmowy: 46.84 g; Sól: 21.51 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 190.5 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, ogórek świeży 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.51 kcal; Białko ogółem: 88.1 g; Tłuszcz: 93.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 225.23 g; suma cukrów prostych: 23.27 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; Sól: 17.53 g; WW: 20.64 Por; Cholesterol: 189 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Dna mocznicowa		
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> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2331.43 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 92.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; suma cukrów prostych: 40.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g; Sól: 6.26 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 1011.43 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2141.35 kcal; Białko ogółem: 55.68 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; suma cukrów prostych: 39.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.14 g; Sól: 1.99 g; WW: 29.78 Por; Cholesterol: 442.99 mg;

środa 2024-10-02			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> ), bobvita 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;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			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, salata 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.: 2000.95 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 243.76 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.64 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

środa 2024-10-02			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;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),		pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3329.64 kcal; Białko ogółem: 163.44 g; Tłuszcz: 149.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.92 Por; Cholesterol: 840.98 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		zupa ryżowa 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> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.4 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 51.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; suma cukrów prostych: 116.5 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sól: 5.19 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 227.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <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> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3248.94 kcal; Białko ogółem: 159 g; Tłuszcz: 142.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.54 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2024-10-02			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;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

środa 2024-10-02			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;

środa 2024-10-02			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.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.tł.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;

środa 2024-10-02			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.tł.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

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenno-krochmalny 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 ,	grysiowa 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 pszenno-krochmalny 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;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <b>GLU</b> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.52 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg 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 , Golałki 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</b> , <b>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.: 1917.94 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Błonnik pokarmowy: 52.63 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	grochówka z ziemniakami 450 ml ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>ORZ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet pożarski 90 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1058.35 kcal; Białko ogółem: 50.33 g; Tłuszcz: 40.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.5 g; Węglowodany ogółem: 129.45 g; suma cukrów prostych: 12.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g; Sól: 2.04 g; WW: 11.17 Por; Cholesterol: 153.89 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb pszenno-krochmalny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <b>RYB</b> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: chleb pszenno-krochmalny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.13 kcal; Białko ogółem: 114 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 304.58 g; suma cukrów prostych: 53.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; Sól: 5.52 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 231.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2438.12 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.59 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 20.88 g; WW: 29.7 Por; Cholesterol: 509.33 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, paszтет sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g,		kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ),		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),		
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.54 kcal; Białko ogółem: 60.87 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; suma cukrów prostych: 48.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.21 g; Sól: 5.84 g; WW: 24.89 Por; Cholesterol: 331.95 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)			
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,		
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1889.02 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 58.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; suma cukrów prostych: 82.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; Sól: 4.31 g; WW: 22.82 Por; Cholesterol: 198.43 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)			
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,		
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2408.12 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 81.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; suma cukrów prostych: 82.33 g; Błonnik pokarmowy: 45.18 g; Sól: 5.32 g; WW: 28.47 Por; Cholesterol: 267.94 mg;

środa 2024-10-02			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 100 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), sok owocowy 200ml 200 g, arbuż 200 g,				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, wędlina 30g 30 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.55 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 240.82 g; suma cukrów prostych: 55.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g; Sól: 4.55 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 240.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ, MLE, 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1993.71 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; suma cukrów prostych: 35.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.51 g; Sól: 20.33 g; WW: 23.34 Por; Cholesterol: 494.2 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.56 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.61 g; Sól: 5.56 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 223.99 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), brokuł gotowany 130 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.7 kcal; Białko ogółem: 132.25 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; Błonnik pokarmowy: 49.95 g; Sól: 7.93 g; WW: 28.01 Por; Cholesterol: 238.93 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB, SEL</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, arbuż 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.76 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 117.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 253.39 g; suma cukrów prostych: 51.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.98 g; Sól: 2 g; WW: 23.69 Por; Cholesterol: 221.83 mg;

środa 2024-10-02			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2639.82 kcal; Białko ogółem: 133.04 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 386.7 g; suma cukrów prostych: 88.52 g; Błonnik pokarmowy: 65.02 g; Sól: 6.97 g; WW: 32.37 Por; Cholesterol: 242.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Ścista Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots b/mleka 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots b/sera 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2609.01 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 109.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 297.5 g; suma cukrów prostych: 45.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Sól: 6.76 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 688.41 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3329.64 kcal; Białko ogółem: 163.44 g; Tłuszcz: 149.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.92 Por; Cholesterol: 840.98 mg;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
paperkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	paperkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	paperkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2884.61 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 126.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.29 g; WW: 32.1 Por; Cholesterol: 767.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.53 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 291.76 g; suma cukrów prostych: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; Sól: 5.26 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 219.84 mg;