

## Jadłospisy dla oddziałów

USK nr 1		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-10-04</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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 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, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.57 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; suma cukrów prostych: 50.54 g; Błonnik pokarmowy: 54.88 g; Sól: 5.42 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 263.35 mg;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 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 250 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2539.57 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 89.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; suma cukrów prostych: 66.07 g; Błonnik pokarmowy: 57.95 g; Sól: 5.73 g; WW: 30.48 Por; Cholesterol: 283.35 mg;

<b>piątek 2024-10-04</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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 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, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2453.12 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; suma cukrów prostych: 40.91 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; Sól: 6.22 g; WW: 28.79 Por; Cholesterol: 285.15 mg;

<b>piątek 2024-10-04</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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</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, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kiwi 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2508.31 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 98.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g; suma cukrów prostych: 43.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 5.42 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 318.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, dżem owocowy 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, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Mus owocowy tubka 1 szt,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2768.95 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 94.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; Błonnik pokarmowy: 52.72 g; Sól: 8.97 g; WW: 32.75 Por; Cholesterol: 312.55 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2454.16 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.4 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; suma cukrów prostych: 53.37 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 6.11 g; WW: 32.06 Por; Cholesterol: 190.43 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2207.73 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 305.17 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g; Sól: 6.42 g; WW: 27.99 Por; Cholesterol: 166.26 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek 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: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1768.72 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 212.82 g; suma cukrów prostych: 66.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 5.4 g; WW: 19.08 Por; Cholesterol: 159.18 mg;

piątek 2024-10-04			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek 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: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1925.02 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 66.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 243.38 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; Sól: 5.58 g; WW: 21.96 Por; Cholesterol: 168.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ),		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2527.42 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 354.8 g; suma cukrów prostych: 81.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.1 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.8 Por; Cholesterol: 188.26 mg;

piątek 2024-10-04			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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2335.59 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 93.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 290.75 g; suma cukrów prostych: 31.9 g; Błonnik pokarmowy: 47.17 g; Sól: 6.97 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 385.48 mg;

piątek 2024-10-04			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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), Pasztet z fasoli 160 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: pomidor 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1887.13 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 271.79 g; suma cukrów prostych: 34.9 g; Błonnik pokarmowy: 45.8 g; Sól: 5.72 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 280.03 mg;

piątek 2024-10-04			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2007.96 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.8 g; Węglowodany ogółem: 227.6 g; suma cukrów prostych: 58.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 5.99 g; WW: 19.62 Por; Cholesterol: 295.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 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 z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata 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> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.61 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 321.72 g; suma cukrów prostych: 62.84 g; Błonnik pokarmowy: 49.71 g; Sól: 6.88 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 267.73 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata 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> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2151.65 kcal; Białko ogółem: 125.6 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 261.82 g; suma cukrów prostych: 35.05 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 7.43 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 314.3 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata 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> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2682.93 kcal; Białko ogółem: 141.52 g; Tłuszcz: 106.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; suma cukrów prostych: 49.04 g; Błonnik pokarmowy: 44.69 g; Sól: 8.35 g; WW: 28.08 Por; Cholesterol: 392.68 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.63 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 54.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.3 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; suma cukrów prostych: 27.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 8.1 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 161.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 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 , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 50 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokuła 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.4 kcal; Białko ogółem: 32.5 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 24.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; Sól: .93 g; WW: 29.26 Por; Cholesterol: 150.43 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grysiówka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.52 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; suma cukrów prostych: 89.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g; Sól: 7.31 g; WW: 31.51 Por; Cholesterol: 229.38 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.57 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 305.1 g; suma cukrów prostych: 85.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; Sól: 7.03 g; WW: 27.65 Por; Cholesterol: 193.98 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</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 , kotlet z rybą 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3149.16 kcal; Białko ogółem: 137.45 g; Tłuszcz: 119.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.91 g; Węglowodany ogółem: 401.55 g; suma cukrów prostych: 59.34 g; Błonnik pokarmowy: 43.84 g; Sól: 8.24 g; WW: 36.1 Por; Cholesterol: 376.05 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04		
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;

piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2558.33 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 83.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 340.34 g; suma cukrów prostych: 82.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.15 Por; Cholesterol: 265.75 mg;

piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2693.58 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 109.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; suma cukrów prostych: 23.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Sól: 7.72 g; WW: 29.16 Por; Cholesterol: 356.05 mg;

piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1769.18 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.9 g; Węglowodany ogółem: 210.7 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sól: 6.07 g; WW: 17.07 Por; Cholesterol: 253.12 mg;

piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g , pasta z mięsa drob. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.93 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 78.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 257.42 g; suma cukrów prostych: 32.13 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 7.25 g; WW: 21.86 Por; Cholesterol: 291.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.62 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 56.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; suma cukrów prostych: 77.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.84 g; Sól: 4.81 g; WW: 28.24 Por; Cholesterol: 84 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1978.35 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 64.78 g; Błonnik pokarmowy: 45.18 g; Sól: 4.77 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 135 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , 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 , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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 mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.21 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 262.95 g; suma cukrów prostych: 50.43 g; Błonnik pokarmowy: 45 g; Sól: 6.98 g; WW: 22.07 Por; Cholesterol: 238.26 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1928.94 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.13 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.71 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 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 mięsa drob. 150 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.45 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 205.88 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g; Sól: 3.06 g; WW: 18.76 Por; Cholesterol: 238.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszanej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 150 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , chleb bezglutenowy 50 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1973.08 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 91.61 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 208.55 g; suma cukrów prostych: 41.87 g; Błonnik pokarmowy: 9.61 g; Sól: 1.46 g; WW: 20.03 Por; Cholesterol: 403.78 mg;

piątek 2024-10-04			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszanej kap. 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 mięsa drob. 150 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.68 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 116.75 g; Kw.łt.nas.ogółem: 41.9 g; Węglowodany ogółem: 180.95 g; suma cukrów prostych: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 9.44 g; Sól: 3.16 g; WW: 17.34 Por; Cholesterol: 318.98 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z kiszanej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1855.43 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 247.6 g; suma cukrów prostych: 33.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; Sól: 7.39 g; WW: 21.17 Por; Cholesterol: 136.9 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszanej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 150 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 50 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1964.12 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 103.03 g; Kw.łt.nas.ogółem: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 181.6 g; suma cukrów prostych: 11.37 g; Błonnik pokarmowy: 9.44 g; Sól: 1.43 g; WW: 17.34 Por; Cholesterol: 403.78 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</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 jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), sos serowy 100 ml ( <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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2645.75 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 103.93 g; Kw.łt.nas.ogółem: 47.19 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 60.88 g; Sól: 7.79 g; WW: 29.76 Por; Cholesterol: 316.81 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		zupa ziemniaczana -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb PKU 50 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokułu 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.4 kcal; Białko ogółem: 32.5 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 24.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; Sól: .93 g; WW: 29.26 Por; Cholesterol: 150.43 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa -dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.86 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sól: 4.42 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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 , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.73 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; suma cukrów prostych: 50.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sól: 4.99 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 745.1 mg;

piątek 2024-10-04			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
placki bananowe ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), dżem 2 szt. ots 50 g , jogurt naturalny 1szt. ots 150 g ( <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki jęczmienne na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kasza gryczana na sypko ots 200 g , gulasz segetyński ots 250 g ( <u>GLU</u> , _), kapusta biała zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</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> , _), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> , _), miód 2 szt. - ots 50 g , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , _),
		<b>Posiłek nocny:</b> ciasto jogurtowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3214.21 kcal; Białko ogółem: 134.25 g; Tłuszcz: 124.8 g; Kw.łt.nas.ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; suma cukrów prostych: 102.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sól: 8.77 g; WW: 36.61 Por; Cholesterol: 967.96 mg;

piątek 2024-10-04 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> , _), jogurt naturalny 1szt. ots 150 g ( <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , płatki jęczmienne na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kasza gryczana na sypko ots 200 g , gulasz segetyński ots 250 g ( <u>GLU</u> , _), kapusta biała zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</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> , _), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g , serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> , _), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , _),
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3159.01 kcal; Białko ogółem: 157.29 g; Tłuszcz: 143.79 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; suma cukrów prostych: 58.1 g; Błonnik pokarmowy: 37.7 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 770.13 mg;

piątek 2024-10-04 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.łt.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

piątek 2024-10-04 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.łt.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-10-04 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.łt.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-10-04 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.łt.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.łt.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;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , ), marchewka 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> , ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.55 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw.łt.nas.ogółem: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 233.14 g; suma cukrów prostych: 43.8 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 2.88 g; WW: 20 Por; Cholesterol: 208.59 mg;

piątek 2024-10-04 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 ( <u>GLU</u> , ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.łt.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;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1850.45 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 256.13 g; suma cukrów prostych: 83.88 g; Błonnik pokarmowy: 48.4 g; Sól: 4.16 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), surówka z kiszzonej kap. 130 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 827.84 kcal; Białko ogółem: 34.44 g; Tłuszcz: 36.65 g; Kw.łt.nas.ogółem: 3.87 g; Węglowodany ogółem: 93.42 g; suma cukrów prostych: 9.24 g; Błonnik pokarmowy: 9.38 g; Sól: 1.06 g; WW: 8.45 Por; Cholesterol: 73.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drobi. 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2430.52 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.3 g; Sól: 6.95 g; WW: 27.34 Por; Cholesterol: 307.36 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU, SOJ, SEL</u> ), sos serowy 100 ml ( <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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2645.75 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 103.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.19 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 60.88 g; Sól: 7.79 g; WW: 29.76 Por; Cholesterol: 316.81 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g,	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ),
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1979.13 kcal; Białko ogółem: 45.47 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; suma cukrów prostych: 60.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Sól: 6.94 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

piątek 2024-10-04 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sok owocowy 200ml 200 g, Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1849.82 kcal; Białko ogółem: 87.7 g; Tłuszcz: 85.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 198.58 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sól: 5.82 g; WW: 16.96 Por; Cholesterol: 283.36 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.99 kcal; Białko ogółem: 102.8 g; Tłuszcz: 86.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 243.44 g; suma cukrów prostych: 32.96 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; Sól: 7.15 g; WW: 20.74 Por; Cholesterol: 294.24 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Mus owocowy tubka 1 szt ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2248.66 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.4 g; Sól: 6.92 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 233.71 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), 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 , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2828.15 kcal; Białko ogółem: 159 g; Tłuszcz: 111.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.84 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; suma cukrów prostych: 62.6 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g; Sól: 12.35 g; WW: 28.62 Por; Cholesterol: 433.78 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 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 , kotlet z rybą 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Mus owocowy tubka 1 szt ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2884.69 kcal; Białko ogółem: 138.15 g; Tłuszcz: 106.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.04 g; Węglowodany ogółem: 371.5 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 42.26 g; Sól: 9.12 g; WW: 33.25 Por; Cholesterol: 368.05 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: papkowata b/mięsa		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</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 , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 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> ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kiwi 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2577.85 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; Sól: 8.09 g; WW: 33.34 Por; Cholesterol: 360.56 mg;

piątek 2024-10-04			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , dżem 2 szt. ots 50 g , masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb graham 100 g ( <u>GLU</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko ots 200 g , gulasz segetyński ots 250 g ( <u>GLU</u> ), kapusta biała zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3016.44 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 121.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 382.37 g; suma cukrów prostych: 89.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sól: 3.7 g; WW: 35.34 Por; Cholesterol: 694.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04 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> , ),
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;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 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 , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , ), 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> , ), Pasztet z fasoli 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> , ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Mus owocowy tubka 1 szt ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2768.95 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 94.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; Błonnik pokarmowy: 52.72 g; Sól: 8.97 g; WW: 32.75 Por; Cholesterol: 312.55 mg;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- 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 ,	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),	papkowata - 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 ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyni 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;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> , ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</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> , ), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2450.73 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.1 g; Węglowodany ogółem: 309.67 g; suma cukrów prostych: 75.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g; Sól: 6.6 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 221.76 mg;