

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-08</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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.52 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; suma cukrów prostych: 47.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.69 g; Sól: 7.33 g; WW: 30.83 Por; Cholesterol: 246.15 mg;

<b>wtorek 2024-10-08</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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczki z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2574.53 kcal; Białko ogółem: 127.44 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 375.43 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.48 g; Sól: 7.61 g; WW: 33.39 Por; Cholesterol: 266.15 mg;

<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2312.29 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; suma cukrów prostych: 55.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sól: 7.15 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 253.55 mg;

<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> galaretką o smaku truskawkowym 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2574.44 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 390.03 g; suma cukrów prostych: 47.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sól: 7.06 g; WW: 36.37 Por; Cholesterol: 242.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2815.82 kcal; Białko ogółem: 133.39 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 417.15 g; suma cukrów prostych: 65.32 g; Błonnik pokarmowy: 41.08 g; Sól: 8.45 g; WW: 37.84 Por; Cholesterol: 278.15 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.43 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 60.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 355.6 g; suma cukrów prostych: 52.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Sól: 6.13 g; WW: 32.95 Por; Cholesterol: 198.93 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki -dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2461.77 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 345.03 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; Sól: 6.02 g; WW: 32.22 Por; Cholesterol: 261.89 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 100 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki -dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1571 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.7 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Sól: 3.83 g; WW: 17.75 Por; Cholesterol: 205.86 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1984.68 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 251.55 g; suma cukrów prostych: 46.2 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; Sól: 4.39 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 253.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2551.77 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; suma cukrów prostych: 59.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 273.89 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki -dieta 200 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2393.07 kcal; Białko ogółem: 129.6 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; suma cukrów prostych: 46.03 g; Błonnik pokarmowy: 45.03 g; Sól: 8.46 g; WW: 29.55 Por; Cholesterol: 279.05 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki -dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1887.67 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 49.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; suma cukrów prostych: 38.39 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; Sól: 5.82 g; WW: 24.89 Por; Cholesterol: 161.85 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki -dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ),	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, sok owocowy 200ml 200 g, arbuż 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2223.9 kcal; Białko ogółem: 109.6 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 279.45 g; suma cukrów prostych: 56.8 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Sól: 6.05 g; WW: 24.7 Por; Cholesterol: 274.58 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, sok owocowy 200ml 200 g, arbuż 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2547.3 kcal; Białko ogółem: 119.4 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.71 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; suma cukrów prostych: 61.28 g; Błonnik pokarmowy: 43.86 g; Sól: 7.82 g; WW: 30.72 Por; Cholesterol: 275.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2373.18 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; suma cukrów prostych: 38.3 g; Błonnik pokarmowy: 42.79 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.81 Por; Cholesterol: 279.05 mg;

wtorek 2024-10-08			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2753.47 kcal; Białko ogółem: 141.16 g; Tłuszcz: 93.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.02 g; Węglowodany ogółem: 372.77 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Błonnik pokarmowy: 47.49 g; Sól: 9.74 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 332.13 mg;

wtorek 2024-10-08			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> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna 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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1912.29 kcal; Białko ogółem: 97.5 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; suma cukrów prostych: 40.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; Sól: 10.75 g; WW: 26.96 Por; Cholesterol: 150.7 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kottlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, dynia gotowana 130 g,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2452.91 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz: 97.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; suma cukrów prostych: 33.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.36 Por; Cholesterol: 228.97 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.75 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 365.41 g; suma cukrów prostych: 54.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Sól: 8.69 g; WW: 34.69 Por; Cholesterol: 152.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			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. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), dynia gotowana 130 g, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2492.33 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 383.05 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; Sól: 9.01 g; WW: 36.35 Por; Cholesterol: 207.64 mg;

wtorek 2024-10-08			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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, _</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL, _</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR, _</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2649.59 kcal; Białko ogółem: 133.59 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 380.8 g; suma cukrów prostych: 66.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Sól: 7.85 g; WW: 34.15 Por; Cholesterol: 278.15 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.13 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 144.75 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.14 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	papkowata - obiad 650 ml,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.65 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.5 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 25 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.21 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g; Sól: 8.07 g; WW: 29.9 Por; Cholesterol: 307.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.43 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 313.32 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.7 g; Sól: 10.01 g; WW: 29.01 Por; Cholesterol: 275.93 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1844.53 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; suma cukrów prostych: 45.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g; Sól: 7.4 g; WW: 24.03 Por; Cholesterol: 160.85 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2269.15 kcal; Białko ogółem: 122.2 g; Tłuszcz: 77.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 302.88 g; suma cukrów prostych: 37.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Sól: 6.39 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 286.83 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g, dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, miód 2 szt. 50 g, sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.96 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; suma cukrów prostych: 56.8 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g; Sól: 11.2 g; WW: 33.35 Por; Cholesterol: 145.1 mg;

wtorek 2024-10-08			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, kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g, dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2141.87 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; suma cukrów prostych: 21.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.04 g; Sól: 10.46 g; WW: 26.76 Por; Cholesterol: 199.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA			
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2323.94 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 346.2 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 39.49 g; Sól: 7.72 g; WW: 30.9 Por; Cholesterol: 246.15 mg;

wtorek 2024-10-08			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> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 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.: 1769.85 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 258 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 1.97 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,		
				Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ), Ciastka bezglutenowe 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.33 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 90.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; suma cukrów prostych: 50.86 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g; Sól: 4.81 g; WW: 28.81 Por; Cholesterol: 176.78 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA			
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 70 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.75 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; suma cukrów prostych: 33.98 g; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; Sól: 4.55 g; WW: 27.81 Por; Cholesterol: 145.1 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.39 kcal; Białko ogółem: 119.6 g; Tłuszcz: 110.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 249.91 g; suma cukrów prostych: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.91 g; Sól: 6.08 g; WW: 23.43 Por; Cholesterol: 290.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , dynia gotowana 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 i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.82 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.8 g; Węglowodany ogółem: 279.25 g; suma cukrów prostych: 35.49 g; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; Sól: 12.11 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 201.22 mg;

wtorek 2024-10-08			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 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 70 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.36 kcal; Białko ogółem: 103.4 g; Tłuszcz: 101.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.66 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; suma cukrów prostych: 21.41 g; Błonnik pokarmowy: 18.01 g; Sól: 6.01 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 145.1 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kotleć z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2402.16 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 368.9 g; suma cukrów prostych: 48.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.06 g; Sól: 7.71 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 258.12 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kotleć z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , dynia gotowana 130 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2452.91 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz: 97.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; suma cukrów prostych: 33.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.36 Por; Cholesterol: 228.97 mg;

wtorek 2024-10-08			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

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, 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, 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;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.07 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ, _</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE, _</u> ),		zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU, _</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), brokuł z bulgą tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ),	
				Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g , biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3236.98 kcal; Białko ogółem: 162.96 g; Tłuszcz: 151.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.22 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; suma cukrów prostych: 70.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Sól: 10.5 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 1551.53 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.41 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; suma cukrów prostych: 53.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; Sól: 7.35 g; WW: 34.59 Por; Cholesterol: 158.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , majonez saszetka ots 30 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3089.15 kcal; Białko ogółem: 157.25 g; Tłuszcz: 156.64 g; Kw.łt.nas.ogółem: 62.65 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; suma cukrów prostych: 45.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Sól: 10.51 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 1479.88 mg;

wtorek 2024-10-08			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;

wtorek 2024-10-08			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;

wtorek 2024-10-08			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;

wtorek 2024-10-08			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;

wtorek 2024-10-08			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.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU</b> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.55 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw.tł.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;

wtorek 2024-10-08 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;

wtorek 2024-10-08 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 , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <b>GLU</b> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ</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;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 250 g ( <b>GLU</b> ), sałatka szwedzka 130 g ( <b>GOR</b> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1012.21 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 27.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.84 g; Węglowodany ogółem: 132.33 g; suma cukrów prostych: 11.81 g; Błonnik pokarmowy: 11.4 g; Sól: 1.82 g; WW: 12.07 Por; Cholesterol: 115.52 mg;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), parówka 2 szt ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <b>GLU</b> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2551.77 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; suma cukrów prostych: 59.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 273.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 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> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2402.16 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 368.9 g; suma cukrów prostych: 48.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.06 g; Sól: 7.71 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 258.12 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, surówka z kap. pekińskiej, marchwi i ogórka 150 g,		
				Posiłek nocny: jabłko 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1912.48 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 45.26 g; Sól: 7.49 g; WW: 24.37 Por; Cholesterol: 1 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)			
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 100 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 100 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1900.17 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 255.3 g; suma cukrów prostych: 48.23 g; Błonnik pokarmowy: 16.36 g; Sól: 5.34 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 199.86 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)			
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2348.39 kcal; Białko ogółem: 105.1 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 313.72 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g; Sól: 5.51 g; WW: 29.47 Por; Cholesterol: 247.89 mg;

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

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1779.78 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 219.77 g; suma cukrów prostych: 53.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.1 g; Sól: 5.02 g; WW: 19.05 Por; Cholesterol: 226.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.28 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 313.5 g; suma cukrów prostych: 38.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g; Sól: 7.06 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 168.68 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2718.76 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 86.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 392.96 g; suma cukrów prostych: 60.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Sól: 7.72 g; WW: 37.11 Por; Cholesterol: 273.89 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, dynia gotowana 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2865.94 kcal; Białko ogółem: 141.43 g; Tłuszcz: 107.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; suma cukrów prostych: 67.68 g; Błonnik pokarmowy: 47.05 g; Sól: 12.07 g; WW: 32.3 Por; Cholesterol: 351.7 mg;

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

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2565.05 kcal; Białko ogółem: 115.49 g; Tłuszcz: 119.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g; Sól: 5.93 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 254.43 mg;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2782.87 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 417.96 g; suma cukrów prostych: 65.14 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; Sól: 8.84 g; WW: 37.98 Por; Cholesterol: 278.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ogórkowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots b/ml 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł 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> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.08 kcal; Białko ogółem: 121.1 g; Tłuszcz: 96.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 233 g; suma cukrów prostych: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Sól: 6.46 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 1304.95 mg;

wtorek 2024-10-08			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;

wtorek 2024-10-08			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2771.76 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 77.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 421.87 g; suma cukrów prostych: 77.98 g; Błonnik pokarmowy: 49.19 g; Sól: 8.72 g; WW: 37.58 Por; Cholesterol: 278.15 mg;

wtorek 2024-10-08			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: 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

wtorek 2024-10-08		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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2548.58 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 353.68 g; suma cukrów prostych: 59.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sól: 6.26 g; WW: 33.08 Por; Cholesterol: 273.89 mg;