

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200g, Kotleci drobiowi panierowani 100g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130g, 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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2574.72 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 98.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 305.86 g; suma cukrów prostych: 39.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.88 g; Sól: 7.25 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 823.77 mg;

| | | |
|---|---|---|
| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
| 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200g, filet drobiowy gotowany 90g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2681.02 kcal; Białko ogółem: 135.66 g; Tłuszcz: 94.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; suma cukrów prostych: 55.65 g; Błonnik pokarmowy: 45.24 g; Sól: 7.92 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 804.48 mg;

| | | |
|---|--|--|
| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50g, 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 200g, filet drobiowy gotowany 90g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130g, 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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50g, | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2222.67 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 91.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.3 g; Węglowodany ogółem: 247.8 g; suma cukrów prostych: 44.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; Sól: 7.09 g; WW: 21.63 Por; Cholesterol: 799.33 mg;

| | | |
|--|--|--|
| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
| chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200g, Kotleci drobiowi panierowani 100g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200g, | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2595.92 kcal; Białko ogółem: 128.74 g; Tłuszcz: 95.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 307.08 g; suma cukrów prostych: 37.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; Sól: 6.77 g; WW: 27.73 Por; Cholesterol: 823.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2919.12 kcal; Białko ogółem: 141.45 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.8 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; suma cukrów prostych: 67.9 g; Błonnik pokarmowy: 43.45 g; Sól: 10.12 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 830.03 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca | | |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g, herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2486.44 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 87.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; Sól: 6.92 g; WW: 28.65 Por; Cholesterol: 793.83 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2383.82 kcal; Białko ogółem: 122.99 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38 g; Węglowodany ogółem: 279.67 g; suma cukrów prostych: 54.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.06 g; Sól: 7.44 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 786.33 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g, | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1815.12 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 171.58 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; Błonnik pokarmowy: 12.15 g; Sól: 5.4 g; WW: 16.16 Por; Cholesterol: 757.25 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g, | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1971.42 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.6 g; Węglowodany ogółem: 202.15 g; suma cukrów prostych: 41.17 g; Błonnik pokarmowy: 14.28 g; Sól: 5.58 g; WW: 19.04 Por; Cholesterol: 766.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|--|---|--|--|--|--|
| zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g, | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2056.32 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 81.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 206.98 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Błonnik pokarmowy: 12.15 g; Sól: 5.68 g; WW: 19.72 Por; Cholesterol: 777.25 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 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, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2313.34 kcal; Białko ogółem: 120.62 g; Tłuszcz: 96.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 247.86 g; suma cukrów prostych: 37.06 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 7.81 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 785.03 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 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, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g, | | Posiłek nocny: sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1733.54 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 210.68 g; suma cukrów prostych: 27.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; Sól: 6.59 g; WW: 18.17 Por; Cholesterol: 436.07 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 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, jabłko 150 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.08 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 100.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.29 g; Węglowodany ogółem: 225.01 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Błonnik pokarmowy: 42.34 g; Sól: 6.78 g; WW: 18.41 Por; Cholesterol: 551.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) | | |
|---|---|--|--|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</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>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 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, jabłko 150 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2633.88 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 103.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 316.45 g; suma cukrów prostych: 67.75 g; Błonnik pokarmowy: 56.74 g; Sól: 9.06 g; WW: 26.15 Por; Cholesterol: 553.16 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</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>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2415.6 kcal; Białko ogółem: 135.58 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Sól: 8.57 g; WW: 23.07 Por; Cholesterol: 919.03 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) | | |
|--|---|---|---|--|--|
| zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, 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, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</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>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2732.18 kcal; Białko ogółem: 148.46 g; Tłuszcz: 106.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 306.34 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Sól: 8.71 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 816.68 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - 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>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2065.54 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; suma cukrów prostych: 28.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; Sól: 6.12 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 129.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z brokulu 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2062.38 kcal; Białko ogółem: 46.07 g; Tłuszcz: 82.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; suma cukrów prostych: 35.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; Sól: 3.62 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 206.1 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - 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>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g , herbatniki 30 g (<u>GLU, SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2256.06 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 364.93 g; suma cukrów prostych: 61.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sól: 5.11 g; WW: 34.42 Por; Cholesterol: 138.85 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | | |
|---|---|---|--|--|--|
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - 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>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2178.64 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; suma cukrów prostych: 60.7 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 5.15 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 191.73 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|--|---|---|-------------------------------------|--|--|
| zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), 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>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30g 30g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU, SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2884.08 kcal; Białko ogółem: 139.46 g; Tłuszcz: 100.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 365.02 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 43.35 g; Sól: 8.29 g; WW: 32.49 Por; Cholesterol: 825.48 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | 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;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), 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 drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2605.83 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 95.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Sól: 6.12 g; WW: 30.23 Por; Cholesterol: 812.94 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , | | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2410.24 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 95.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 37.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; Sól: 7.19 g; WW: 27.32 Por; Cholesterol: 783.94 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|---|--|--|--|---|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), | | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | | chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1589.99 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 161.47 g; suma cukrów prostych: 37.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; Sól: 6.34 g; WW: 13.93 Por; Cholesterol: 729.27 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2280.21 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 266.35 g; suma cukrów prostych: 43.56 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; Sól: 8.32 g; WW: 22.73 Por; Cholesterol: 784.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , dżem owocowy 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2042.21 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; suma cukrów prostych: 56.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sól: 5.18 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 607.87 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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 , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2009.1 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Sól: 5.23 g; WW: 22.9 Por; Cholesterol: 609.17 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), 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>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2216.8 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; suma cukrów prostych: 39.6 g; Błonnik pokarmowy: 42.7 g; Sól: 6.97 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 227.33 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Atopowa | | |
|---|--|--|------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , waffle ryżowe 40 g , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml , | | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1637 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 44.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g; Sól: 2.58 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---|--|---|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2067.63 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 106.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 190.09 g; suma cukrów prostych: 34.68 g; Błonnik pokarmowy: 10.45 g; Sól: 2.57 g; WW: 18.12 Por; Cholesterol: 750.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
|---|--|---|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1956.7 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 95.01 g; Kw.łt.nas.ogółem: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 190.73 g; suma cukrów prostych: 34.37 g; Błonnik pokarmowy: 10.45 g; Sól: 1.51 g; WW: 18.17 Por; Cholesterol: 607.87 mg;

| niedziela 2024-10-27 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), papryka świeża 100 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2096.28 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 110.37 g; Kw.łt.nas.ogółem: 38.4 g; Węglowodany ogółem: 186.31 g; suma cukrów prostych: 26.64 g; Błonnik pokarmowy: 11.5 g; Sól: 2.95 g; WW: 17.61 Por; Cholesterol: 764.45 mg;

| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|--|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1963.17 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw.łt.nas.ogółem: 57.34 g; Węglowodany ogółem: 237.8 g; suma cukrów prostych: 36.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 6.79 g; WW: 20.1 Por; Cholesterol: 610.87 mg;

| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|--|---|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml , | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2101.17 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 107.27 g; Kw.łt.nas.ogółem: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 199.4 g; suma cukrów prostych: 26.99 g; Błonnik pokarmowy: 14.8 g; Sól: 2.99 g; WW: 18.6 Por; Cholesterol: 607.87 mg;

| niedziela 2024-10-27 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa | | |
|---|---|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU. MLE. SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlec z brokuła 200 g (<u>GLU. JAJ.</u>), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.05 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw.łt.nas.ogółem: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 286.79 g; suma cukrów prostych: 36.1 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; Sól: 6.56 g; WW: 24.88 Por; Cholesterol: 695.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |
|---|--|--|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z brokułu 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana -dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1938.1 kcal; Białko ogółem: 52.12 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 263.97 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Sól: 3.67 g; WW: 24.22 Por; Cholesterol: 231.31 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |
|--|---|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami b/mleka -dieta 300 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1839.79 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; suma cukrów prostych: 48.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.88 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 764.14 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |
|--|---|---|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami -dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż biały na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z truskawek 200 g , | | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.86 kcal; Białko ogółem: 97.8 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.6 g; Węglowodany ogółem: 344.2 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sól: 6.73 g; WW: 30.93 Por; Cholesterol: 155.62 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|--|--|--|---|--|--|
| ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), Naleśniki z serem ots 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), jabłko pieczone ots 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa z brukselki z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), puree ziemniaczane ots 200 g (<u>MLE</u>), Pulpet drobiowy ots 120 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos ziołowy ots 150 ml (<u>GLU, SEL</u>), marchew duszona ots 150 g (<u>GLU</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>), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u>), sałatka z selera i wędliny ots 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym ots 400 ml (<u>GLU, MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2690.85 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 345.86 g; suma cukrów prostych: 110.65 g; Błonnik pokarmowy: 43.29 g; Sól: 4.61 g; WW: 30.52 Por; Cholesterol: 556.83 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa | | |
|---|--|---|-------------------------------------|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - 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>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g , herbatniki 30 g (<u>GLU, SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2219.59 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; suma cukrów prostych: 61.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; Sól: 5.09 g; WW: 33.34 Por; Cholesterol: 134.3 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|---|--|--|--|--|--|
| ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone ots 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa z brukselki z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), puree ziemniaczane ots 200 g (<u>MLE</u>), Pulpet drobiowy ots 120 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos ziołowy ots 150 ml (<u>GLU, SEL</u>), marchew duszona ots 150 g (<u>GLU</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>), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u>), sałatka z selera i wędliny ots 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca ots 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3055.64 kcal; Białko ogółem: 160.01 g; Tłuszcz: 148.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 47.35 g; Sól: 9.7 g; WW: 23.58 Por; Cholesterol: 710.44 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ścista dla matek po cesarskim cięciu | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary) | | |
|---|---|---|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | | | |

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

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) | | |
|---|---|---|---|--|--|
| grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | | | |

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

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) | | |
|---|--|---|--|--|--|
| grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; suma cukrów prostych: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.74 g; Sól: 1.08 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Bariatryczna | | |
|---|---|--|-----------------------------------|--|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, 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.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, 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, JAJ, SOJ, 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.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;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Uboga w alergie | | |
|---|---|--|--------------------------------------|--|--|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g (<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.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;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa | | |
|---|--|--|----------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, | | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt, | | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml, | |
| II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml, | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | |

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

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny | | |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| | | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 918.94 kcal; Białko ogółem: 51.7 g; Tłuszcz: 31.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.25 g; Węglowodany ogółem: 112.85 g; suma cukrów prostych: 10.65 g; Błonnik pokarmowy: 16.03 g; Sól: 1.73 g; WW: 9.69 Por; Cholesterol: 126.44 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|---|--|---|---|---|--|
| 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), | | | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2601.82 kcal; Białko ogółem: 127.09 g; Tłuszcz: 89.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; suma cukrów prostych: 70.87 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g; Sól: 7.81 g; WW: 30.29 Por; Cholesterol: 807.33 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA | | |
|--|--|--|---|---|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 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, Kotlet z brokuła 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| | | | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2389.43 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 103.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 287.03 g; suma cukrów prostych: 36.3 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; Sól: 6.56 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 778.48 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA | | |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 70 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | |
| | | | | Posiłek nocny: gruszka 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1953.35 kcal; Białko ogółem: 60.92 g; Tłuszcz: 65.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g; suma cukrów prostych: 64.95 g; Błonnik pokarmowy: 47.38 g; Sól: 5.59 g; WW: 25.77 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat) | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g , | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1881.14 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 187.99 g; suma cukrów prostych: 33.82 g; Błonnik pokarmowy: 13.36 g; Sól: 5.09 g; WW: 17.67 Por; Cholesterol: 762.75 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat) | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 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 , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g , | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2037.44 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 218.56 g; suma cukrów prostych: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Sól: 5.27 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 771.83 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</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>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30 g , pomidor 70 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 , jabłko 150 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.08 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 100.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.29 g; Węglowodany ogółem: 225.01 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Błonnik pokarmowy: 42.34 g; Sól: 6.78 g; WW: 18.41 Por; Cholesterol: 551.36 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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 żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2281.93 kcal; Białko ogółem: 90 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; suma cukrów prostych: 49.22 g; Błonnik pokarmowy: 46.9 g; Sól: 6.4 g; WW: 24.43 Por; Cholesterol: 733.18 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna | | |
|---|---|--|--|--|--|
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 50 g (<u>SEL</u>), 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 , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU, SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2578.51 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.2 g; Węglowodany ogółem: 327.48 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.71 g; Sól: 6.13 g; WW: 31.03 Por; Cholesterol: 781.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), hummus 55 g (<u>SEZ</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2825.55 kcal; Białko ogółem: 141.55 g; Tłuszcz: 120.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.91 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; suma cukrów prostych: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 42.62 g; Sól: 9.74 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 822.18 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, jabłko 150 g, | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2363.56 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 122.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 216.91 g; suma cukrów prostych: 54.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Sól: 3.48 g; WW: 19.74 Por; Cholesterol: 514.93 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna | | |
|---|--|---|--|--|--|
| 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2919.12 kcal; Białko ogółem: 141.45 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.8 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; suma cukrów prostych: 67.9 g; Błonnik pokarmowy: 43.45 g; Sól: 10.12 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 830.03 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Ściśła Policie 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;

| niedziela 2024-10-27 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, dżem szt ots 50 g, hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), | zupa z brukselki z ziemniakami ots b/ml 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane ots 200 g, Pulpet drobiowy ots 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy ots 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchew duszona 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>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sałatka z selera i wędliny ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym ots 300 ml, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2320.02 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 99.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 265.29 g; suma cukrów prostych: 68.59 g; Błonnik pokarmowy: 45.39 g; Sól: 4.85 g; WW: 22.04 Por; Cholesterol: 377.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-10-27 | | | 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;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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.-żył. 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,), ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), | | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | | chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,), | | | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2919.12 kcal; Białko ogółem: 141.45 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.8 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; suma cukrów prostych: 67.9 g; Błonnik pokarmowy: 43.45 g; Sól: 10.12 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 830.03 mg;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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: budyn 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;

| niedziela 2024-10-27 | | | 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> ,), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), | | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,), | | | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2473.82 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 288.97 g; suma cukrów prostych: 60.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.06 g; Sól: 7.68 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 798.33 mg;