

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 SZCZECIN		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-11-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.16 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 185.26 mg;

<b>wtorek 2024-11-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2450.12 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; suma cukrów prostych: 63.17 g; Błonnik pokarmowy: 42.33 g; Sól: 7.07 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 205.26 mg;

<b>wtorek 2024-11-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.06 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 297.53 g; suma cukrów prostych: 54.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g; Sól: 6.69 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 242.16 mg;

<b>wtorek 2024-11-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2522.16 kcal; Białko ogółem: 129.15 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 372.74 g; suma cukrów prostych: 84.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sól: 7 g; WW: 34.78 Por; Cholesterol: 221.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2664.16 kcal; Białko ogółem: 138.23 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; suma cukrów prostych: 92.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.9 g; Sól: 7.61 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 241.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2439.66 kcal; Białko ogółem: 129.12 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 352.11 g; suma cukrów prostych: 83.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sól: 6.99 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 221.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2201.71 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; suma cukrów prostych: 70.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g; Sól: 6.41 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 204.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1792.09 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 219.47 g; suma cukrów prostych: 89.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.66 g; Sól: 4.5 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 210.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1974.31 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 254.53 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 17.8 g; Sól: 4.93 g; WW: 23.89 Por; Cholesterol: 220.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2538.21 kcal; Białko ogółem: 136.37 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; suma cukrów prostych: 106.8 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Sól: 6.8 g; WW: 33.66 Por; Cholesterol: 240.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2250.78 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; suma cukrów prostych: 43.64 g; Błonnik pokarmowy: 43.63 g; Sól: 7.15 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 237.06 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g,		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1830.31 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19 g; Węglowodany ogółem: 265.44 g; suma cukrów prostych: 39.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; Sól: 6.72 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 135.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2161.36 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 260.64 g; suma cukrów prostych: 66.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sól: 6 g; WW: 22.71 Por; Cholesterol: 470.44 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.24 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; suma cukrów prostych: 72.61 g; Błonnik pokarmowy: 50.15 g; Sól: 8.28 g; WW: 30.46 Por; Cholesterol: 472.24 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.85 kcal; Białko ogółem: 124.24 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; suma cukrów prostych: 43.76 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 7.54 g; WW: 25.43 Por; Cholesterol: 203.98 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2528.83 kcal; Białko ogółem: 140.62 g; Tłuszcz: 92.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 320.88 g; suma cukrów prostych: 56.27 g; Błonnik pokarmowy: 44.82 g; Sól: 7.82 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 257.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1956.8 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 265.8 g; suma cukrów prostych: 23.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 5.9 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 108.31 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2120.44 kcal; Białko ogółem: 52.96 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; suma cukrów prostych: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; Sól: 5.2 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 211.61 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.75 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; suma cukrów prostych: 106.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 150.38 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.85 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 324.5 g; suma cukrów prostych: 71.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sól: 6.78 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 207.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ).		pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426.36 kcal; Białko ogółem: 133.5 g; Tłuszcz: 80.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g; suma cukrów prostych: 62.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.37 g; Sól: 7.22 g; WW: 28.37 Por; Cholesterol: 260.76 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona			
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		płynna - obiad 600 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.49 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 145.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 153.14 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 5.13 g; Sól: 2.89 g; WW: 14.96 Por; Cholesterol: 1057.86 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Papkowata			
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>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 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		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 wędliny drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.72 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g; Sól: 6.77 g; WW: 29.51 Por; Cholesterol: 244.64 mg;

wtorek 2024-11-12			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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		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 wędliny drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2451.87 kcal; Białko ogółem: 125.09 g; Tłuszcz: 95.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 296.19 g; suma cukrów prostych: 27.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.1 g; Sól: 6.48 g; WW: 27.67 Por; Cholesterol: 268.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 100 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1761.62 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 207.79 g; suma cukrów prostych: 35.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sól: 5.35 g; WW: 18.12 Por; Cholesterol: 218.52 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.03 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 77.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.7 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 7.55 g; WW: 25.91 Por; Cholesterol: 205.96 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glutenu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.35 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; suma cukrów prostych: 37.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 5.27 g; WW: 29.06 Por; Cholesterol: 146.75 mg;

wtorek 2024-11-12			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 mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/mleka b/glutenu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, fasolka szparagowa 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> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2106.99 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 64.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 296.91 g; suma cukrów prostych: 28.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sól: 6.13 g; WW: 25.58 Por; Cholesterol: 131.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.16 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 185.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,	wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,			

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

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/mleka b/glutenu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, fasolka szparagowa 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> ), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.82 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 104 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 215.22 g; suma cukrów prostych: 20.73 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g; Sól: 2.1 g; WW: 20.04 Por; Cholesterol: 237.68 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/mleka b/glutenu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 10 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2028.64 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 214.91 g; suma cukrów prostych: 20.47 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g; Sól: 2.16 g; WW: 19.99 Por; Cholesterol: 130.2 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glutenu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2238.91 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 105.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 238.7 g; suma cukrów prostych: 31.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; Sól: 2.64 g; WW: 22.15 Por; Cholesterol: 214.53 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 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 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.6 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 285.52 g; suma cukrów prostych: 43.72 g; Błonnik pokarmowy: 44.03 g; Sól: 8.34 g; WW: 24.43 Por; Cholesterol: 149.65 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glutenu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.63 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 95.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 240.96 g; suma cukrów prostych: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.92 g; Sól: 4.68 g; WW: 22.22 Por; Cholesterol: 146.75 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2478.68 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 340.9 g; suma cukrów prostych: 47.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g; Sól: 7.4 g; WW: 30.11 Por; Cholesterol: 726.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2120.44 kcal; Białko ogółem: 52.96 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; suma cukrów prostych: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; Sól: 5.2 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 211.61 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

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

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , salata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

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

wtorek 2024-11-12			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

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS</span>		
bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana ots 100 g, serek wiejski ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek prażonych ots 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3224.83 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 120.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 425.03 g; suma cukrów prostych: 137.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.6 g; Sól: 6.38 g; WW: 39.49 Por; Cholesterol: 281.52 mg;

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włośczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.75 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; suma cukrów prostych: 106.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 150.38 mg;

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.</span>		
bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kalfalior z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym b/c ots 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3008.71 kcal; Białko ogółem: 120.3 g; Tłuszcz: 130.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.11 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; suma cukrów prostych: 45.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 6.23 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 304.97 mg;

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu</span>		
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;

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)</span>		
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;

wtorek 2024-11-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)</span>		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, </u> ),	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 ,	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> ),			

**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;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, </u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1734.77 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 111.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Błonnik pokarmowy: 1.4 g; Sól: 1.21 g; WW: 12.66 Por; Cholesterol: 355.72 mg;

wtorek 2024-11-12			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;

wtorek 2024-11-12			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;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU, </u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

wtorek 2024-11-12 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, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	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.: 1677.68 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; suma cukrów prostych: 101.5 g; Błonnik pokarmowy: 50.1 g; Sól: 4.85 g; WW: 21.49 Por; Cholesterol: 228.93 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	<p>pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,</p>	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 906.04 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 30.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 91.33 g; suma cukrów prostych: 15.78 g; Błonnik pokarmowy: 10.07 g; Sól: 2.9 g; WW: 8.24 Por; Cholesterol: 128.58 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	<p>pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,</p>	chleb pszenny krojony 120 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,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2365.69 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 304.65 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.64 Por; Cholesterol: 259.76 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	<p>pomidorowa z ryżem - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g,</p>	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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2478.68 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 340.9 g; suma cukrów prostych: 47.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g; Sól: 7.4 g; WW: 30.11 Por; Cholesterol: 726.71 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), szczypiorek 8 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	<p>pomidorowa z ryżem - jarska b/glu b/ml jarska 400 ml (<u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,</p>	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2231.32 kcal; Białko ogółem: 56.15 g; Tłuszcz: 78.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; suma cukrów prostych: 54.78 g; Błonnik pokarmowy: 50.69 g; Sól: 5.36 g; WW: 29.52 Por; Cholesterol: 1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)			
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , miód 25 g ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.94 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 65.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 286.87 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.55 g; Sól: 5.29 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 210.92 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 25 g ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.16 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; suma cukrów prostych: 81.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; Sól: 5.72 g; WW: 30.48 Por; Cholesterol: 220.26 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)			
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		pomidorowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1885.07 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 86.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 199.44 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 5.2 g; WW: 17.27 Por; Cholesterol: 516.6 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa z ryżem - dieta b/ml jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2104.97 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g; Sól: 6.27 g; WW: 25.78 Por; Cholesterol: 148.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2635.62 kcal; Białko ogółem: 138.55 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 361.08 g; suma cukrów prostych: 105.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Sól: 7.08 g; WW: 34 Por; Cholesterol: 240.26 mg;

wtorek 2024-11-12			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2363.73 kcal; Białko ogółem: 135.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 290.67 g; suma cukrów prostych: 66.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; Sól: 9.41 g; WW: 25.51 Por; Cholesterol: 256.16 mg;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/mleka b/glutenu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2740.68 kcal; Białko ogółem: 140.05 g; Tłuszcz: 129.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 292.95 g; suma cukrów prostych: 59.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Sól: 2.74 g; WW: 27.34 Por; Cholesterol: 488.16 mg;

wtorek 2024-11-12			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2595.47 kcal; Białko ogółem: 136.12 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 362.91 g; suma cukrów prostych: 89.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 6.41 g; WW: 32.57 Por; Cholesterol: 223.76 mg;

wtorek 2024-11-12			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna sztukowa 15g 1 szt , dynia gotowana ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kapuśniak z kisz. kap. b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kalfior gotowany - ots 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.08 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 92.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; suma cukrów prostych: 32.3 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 4.24 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 106.45 mg;

wtorek 2024-11-12			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 2024-11-12			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2664.16 kcal; Białko ogółem: 138.23 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; suma cukrów prostych: 92.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.9 g; Sól: 7.61 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 241.26 mg;

wtorek 2024-11-12			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;

wtorek 2024-11-12			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.21 kcal; Białko ogółem: 132.07 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; suma cukrów prostych: 73.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.66 Por; Cholesterol: 259.76 mg;