

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 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> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2730.24 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.3 g; Węglowodany ogółem: 418.87 g; suma cukrów prostych: 92.78 g; Błonnik pokarmowy: 44.37 g; Sól: 8.32 g; WW: 37.6 Por; Cholesterol: 336.24 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 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> ), Ryż biały na sypko 250 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3050.83 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 93.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 472.31 g; suma cukrów prostych: 108.03 g; Błonnik pokarmowy: 47.39 g; Sól: 8.63 g; WW: 42.69 Por; Cholesterol: 356.24 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.92 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; suma cukrów prostych: 84.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; Sól: 6.51 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 199.89 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.28 kcal; Białko ogółem: 81.5 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; suma cukrów prostych: 109.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; Sól: 6.39 g; WW: 30.08 Por; Cholesterol: 199.64 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych			
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 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> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ),		chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2699.87 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 377.43 g; suma cukrów prostych: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.91 g; Sól: 8.53 g; WW: 33.78 Por; Cholesterol: 378.37 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca			
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,		
II Śniadanie: banan 200 g, herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),				Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.78 kcal; Białko ogółem: 73.59 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; suma cukrów prostych: 127.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Sól: 5.32 g; WW: 31.07 Por; Cholesterol: 213.09 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna			
makaron drobny 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2422.91 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; suma cukrów prostych: 92.18 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Sól: 4.79 g; WW: 33.96 Por; Cholesterol: 212.85 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1530.61 kcal; Białko ogółem: 48.95 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 213.7 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Błonnik pokarmowy: 13.19 g; Sól: 2.55 g; WW: 20.15 Por; Cholesterol: 149.73 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)			
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1861.01 kcal; Białko ogółem: 65.11 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 249.05 g; suma cukrów prostych: 92.35 g; Błonnik pokarmowy: 13.23 g; Sól: 3.36 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 194.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ).		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.91 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 377.42 g; suma cukrów prostych: 108.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.9 g; Sól: 4.88 g; WW: 35.96 Por; Cholesterol: 206.85 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</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> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2235.34 kcal; Białko ogółem: 89.2 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.72 g; Sól: 8.61 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 197.99 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g,	
II Śniadanie: sałata zielona 8g 8 g,				Posiłek nocny: pomidor 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1602.99 kcal; Białko ogółem: 72.99 g; Tłuszcz: 43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 245.74 g; suma cukrów prostych: 22.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; Sól: 4 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 181.94 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1926.62 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 233.62 g; suma cukrów prostych: 42.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sól: 5.27 g; WW: 20.28 Por; Cholesterol: 238.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU. SEL.</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.43 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 337.26 g; suma cukrów prostych: 46.63 g; Błonnik pokarmowy: 48.69 g; Sól: 7.54 g; WW: 28.84 Por; Cholesterol: 260.87 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU. SEL.</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.18 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; suma cukrów prostych: 16.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.07 g; Sól: 7.13 g; WW: 24.33 Por; Cholesterol: 219.23 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny 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> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU. SEL.</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),	Posiłek nocny: twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2553.06 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 338.29 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Błonnik pokarmowy: 47.67 g; Sól: 9.75 g; WW: 29.16 Por; Cholesterol: 272.31 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU. MLE. SEL.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU. SEL.</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), wędlina 50 g, włoścyszyna 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 warzywna 100 g ( <u>SEL.</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.66 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 281.78 g; suma cukrów prostych: 16.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sól: 8.38 g; WW: 26.24 Por; Cholesterol: 195.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 80 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 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 , włoszczyzna 3 skl. 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 warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2301.1 kcal; Białko ogółem: 49.68 g; Tłuszcz: 90.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; suma cukrów prostych: 26.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.6 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.18 Por; Cholesterol: 185.29 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),		Posiłek nocny: serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.64 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 50.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 383.3 g; suma cukrów prostych: 125.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Sól: 4.19 g; WW: 36.15 Por; Cholesterol: 161.01 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny 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> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia 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 , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.63 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.54 Por; Cholesterol: 244.95 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , sałata zielona 8g 8g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3039.84 kcal; Białko ogółem: 105.4 g; Tłuszcz: 95.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 452.6 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.37 g; Sól: 8.6 g; WW: 41.01 Por; Cholesterol: 356.24 mg;

sobota 2025-01-04			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

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),		

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

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny 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> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: serek homogeizynowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2604.26 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 84.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; suma cukrów prostych: 104.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 8.06 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 251.62 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2574.75 kcal; Białko ogółem: 116.34 g; Tłuszcz: 102.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; suma cukrów prostych: 16.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g; Sól: 7.96 g; WW: 28.58 Por; Cholesterol: 265.45 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: serek homogeizynowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.85 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 217.33 g; suma cukrów prostych: 32.5 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 5.58 g; WW: 18.83 Por; Cholesterol: 199.53 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g ,	
			Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.66 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 76.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; suma cukrów prostych: 17.33 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; Sól: 7.27 g; WW: 23.29 Por; Cholesterol: 235.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>sobota 2025-01-04</b>			<b>Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna</b>
chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <b>SEL</b> ), seler gotowany 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastka bezglutenowe 50 g , Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1989.51 kcal; Białko ogółem: 75.4 g; Tłuszcz: 57.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 303.27 g; suma cukrów prostych: 43.13 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g; Sól: 7.76 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 122.07 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b>			<b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA</b>
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <b>SEL</b> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastka bezglutenowe 50 g , Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1909.2 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 288.99 g; suma cukrów prostych: 27.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; Sól: 10.31 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 123.27 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b>			<b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA</b>
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <b>SEL</b> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos jogurtowo-śmietanowy z/c 100 ml ( <b>MLE</b> ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474.11 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 367.75 g; suma cukrów prostych: 88.77 g; Błonnik pokarmowy: 42.9 g; Sól: 7.29 g; WW: 32.58 Por; Cholesterol: 234.08 mg;

<b>sobota 2025-01-04</b>			<b>Jadłospis dla diety: Atopowa</b>
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle 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 ( <b>MLE</b> ), 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 ,	
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <b>GLU</b> ), 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;

<b>sobota 2025-01-04</b>			<b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN</b>
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <b>SEL</b> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <b>MLE</b> ), serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2115.32 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 235.58 g; suma cukrów prostych: 52.86 g; Błonnik pokarmowy: 10.78 g; Sól: 7.31 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 234.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL.</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: Ciastka bezglutenowe 50 g , Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1973.3 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 76.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.5 g; Węglowodany ogółem: 251.41 g; suma cukrów prostych: 40.24 g; Błonnik pokarmowy: 11.76 g; Sól: 7.15 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 122.07 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL.</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1971.26 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 201.43 g; suma cukrów prostych: 9.13 g; Błonnik pokarmowy: 14.74 g; Sól: 6.74 g; WW: 18.6 Por; Cholesterol: 196.47 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL.</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),		Posiłek nocny: pasta z wędliny drob. 100 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 5g 5 g , sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1839.46 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 250.22 g; suma cukrów prostych: 30.19 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sól: 12.54 g; WW: 21.03 Por; Cholesterol: 124.77 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL.</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: pasta z wędliny drob. 100 g , chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1921.72 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 86.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 208.47 g; suma cukrów prostych: 15.01 g; Błonnik pokarmowy: 18.25 g; Sól: 4.57 g; WW: 18.93 Por; Cholesterol: 122.07 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL.</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL.</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ),	twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: serek homogeizynowany waniliowy 150 g ( <u>MLE.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.46 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Błonnik pokarmowy: 35 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.45 Por; Cholesterol: 116.36 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 80 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 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 , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2301.1 kcal; Białko ogółem: 49.68 g; Tłuszcz: 90.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; suma cukrów prostych: 26.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.6 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.18 Por; Cholesterol: 185.29 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 60 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 60 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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1891.39 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 254.31 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sól: 8.1 g; WW: 21.73 Por; Cholesterol: 764.14 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.66 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; suma cukrów prostych: 66.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Sól: 6.84 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 155.62 mg;

sobota 2025-01-04			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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bulką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretka o smaku truskawkowym ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3240.8 kcal; Białko ogółem: 145.45 g; Tłuszcz: 143.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 351.51 g; suma cukrów prostych: 59.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Sól: 8.58 g; WW: 32.33 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa			
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),	II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2417.82 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 383.43 g; suma cukrów prostych: 125.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Sól: 4.19 g; WW: 36.17 Por; Cholesterol: 206.49 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3050.4 kcal; Białko ogółem: 154.49 g; Tłuszcz: 149.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.3 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Sól: 8.71 g; WW: 26.61 Por; Cholesterol: 1398.35 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			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;

sobota 2025-01-04			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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 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 60 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 , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.15 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 244 g; suma cukrów prostych: 43.9 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 3.11 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 208.59 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żył. 90 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.: 1566.32 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 41.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; suma cukrów prostych: 99.25 g; Błonnik pokarmowy: 49.07 g; Sól: 3.45 g; WW: 20.2 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 940.85 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 17.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.55 g; Węglowodany ogółem: 146.26 g; suma cukrów prostych: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 15.26 g; Sól: 1.44 g; WW: 13.11 Por; Cholesterol: 115.06 mg;

sobota 2025-01-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
makaron drobny 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> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>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 , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2395.34 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; suma cukrów prostych: 90.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Sól: 3.98 g; WW: 32.8 Por; Cholesterol: 217.49 mg;

sobota 2025-01-04		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.46 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Błonnik pokarmowy: 35 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.45 Por; Cholesterol: 116.36 mg;

sobota 2025-01-04		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2007.1 kcal; Białko ogółem: 47.63 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; suma cukrów prostych: 92.11 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 9.19 g; WW: 30.67 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

sobota 2025-01-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 50 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1598.31 kcal; Białko ogółem: 56.58 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 220.25 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; Sól: 4.57 g; WW: 19.97 Por; Cholesterol: 153.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1953.28 kcal; Białko ogółem: 65.28 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; suma cukrów prostych: 106.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g; Sól: 5.21 g; WW: 25.06 Por; Cholesterol: 184.14 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1706.56 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 197.08 g; suma cukrów prostych: 42.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g; Sól: 5.07 g; WW: 17 Por; Cholesterol: 211.14 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałata z jogurtem 100 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.65 kcal; Białko ogółem: 97.3 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 293.02 g; suma cukrów prostych: 32.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.5 g; Sól: 7.42 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 169.41 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.2 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 74.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.6 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; suma cukrów prostych: 72.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 8.74 g; WW: 30.7 Por; Cholesterol: 232.31 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia 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, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.75 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; suma cukrów prostych: 40.95 g; Błonnik pokarmowy: 48.98 g; Sól: 13.92 g; WW: 26.93 Por; Cholesterol: 317.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , margaryna 15 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 100 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 20 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2071.72 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 69.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 284.43 g; suma cukrów prostych: 48.08 g; Błonnik pokarmowy: 41.86 g; Sól: 10.75 g; WW: 24.22 Por; Cholesterol: 165.07 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2334.31 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 108.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 247.49 g; suma cukrów prostych: 37.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.96 g; Sól: 6.77 g; WW: 22.96 Por; Cholesterol: 237.81 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 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> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.76 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; suma cukrów prostych: 34.7 g; Błonnik pokarmowy: 40.13 g; Sól: 12.03 g; WW: 28.99 Por; Cholesterol: 245.7 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Ścista Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

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

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos boloński ots b/ml 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), fasolka szparagowa gotowana ots 130 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretką o smaku truskawkowym ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2581.82 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 112.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 281.44 g; suma cukrów prostych: 61.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Sól: 6.26 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 1241.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),		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.: 1206.84 kcal; Białko ogółem: 44.67 g; Tłuszcz: 35.75 g; Kw.łt.nas.ogółem: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 182.96 g; suma cukrów prostych: 86.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g; Sól: 1.35 g; WW: 16.7 Por; Cholesterol: 168.32 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 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> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: serek homogeiznowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.76 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; suma cukrów prostych: 34.7 g; Błonnik pokarmowy: 40.13 g; Sól: 12.03 g; WW: 28.99 Por; Cholesterol: 245.7 mg;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,			Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2884.61 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 126.68 g; Kw.łt.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;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
makaron drobny 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: serek homogeiznowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2502.41 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw.łt.nas.ogółem: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; suma cukrów prostych: 92.18 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Sól: 4.79 g; WW: 33.96 Por; Cholesterol: 212.85 mg;