

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), rosół 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.62 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 112.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 237.91 g; suma cukrów prostych: 40.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Sól: 5.84 g; WW: 21.01 Por; Cholesterol: 810.23 mg;

<b>sobota 2025-01-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), rosół 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2505.76 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 117.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; suma cukrów prostych: 55.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; Sól: 6.12 g; WW: 24.71 Por; Cholesterol: 830.23 mg;

<b>sobota 2025-01-11</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), rosół 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.01 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 94.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 247.53 g; suma cukrów prostych: 49.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 7.43 g; WW: 21.77 Por; Cholesterol: 874.28 mg;

<b>sobota 2025-01-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30g, rosół 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.81 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 90.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 234.05 g; suma cukrów prostych: 59.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Sól: 6.28 g; WW: 21.5 Por; Cholesterol: 860.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		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 z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2662.59 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 118.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 307.35 g; suma cukrów prostych: 68.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.06 g; Sól: 5.33 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 846.78 mg;

sobota 2025-01-11			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb 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 jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2153.95 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 250.25 g; suma cukrów prostych: 62.25 g; Błonnik pokarmowy: 19.2 g; Sól: 4.73 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 854.69 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2417.67 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 89.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; suma cukrów prostych: 52.59 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; Sól: 5.65 g; WW: 28.46 Por; Cholesterol: 875.69 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</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> ),		zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gulasz drobiowy - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1711.75 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 187.2 g; suma cukrów prostych: 59.67 g; Błonnik pokarmowy: 12.61 g; Sól: 3.66 g; WW: 17.56 Por; Cholesterol: 801.24 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</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> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1986.87 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 82.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 220.91 g; suma cukrów prostych: 60.94 g; Błonnik pokarmowy: 14.23 g; Sól: 4.02 g; WW: 20.79 Por; Cholesterol: 855.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, rosółka 10g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2537.67 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; suma cukrów prostych: 73.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; Sól: 5.66 g; WW: 30.59 Por; Cholesterol: 875.69 mg;

sobota 2025-01-11 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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), rosółka 10g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2335.56 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 105.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 255.75 g; suma cukrów prostych: 33.7 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Sól: 7.66 g; WW: 22.39 Por; Cholesterol: 923.64 mg;

sobota 2025-01-11 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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 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> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), rosółka 10g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1721.22 kcal; Białko ogółem: 85.7 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 209.77 g; suma cukrów prostych: 21.53 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 6.47 g; WW: 18.24 Por; Cholesterol: 785.26 mg;

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), rosółka 10g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sok owocowy 200ml 200g, mandarynka 100 g, ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.19 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 102.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 212.64 g; suma cukrów prostych: 53.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 6.01 g; WW: 18.62 Por; Cholesterol: 920.78 mg;

sobota 2025-01-11 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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), rosółka 10g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sok owocowy 200ml 200g, mandarynka 100 g, ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2413.39 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 104.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 273.6 g; suma cukrów prostych: 56.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; Sól: 7.53 g; WW: 23.78 Por; Cholesterol: 921.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			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 mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 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> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.84 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 91.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 237.29 g; suma cukrów prostych: 34.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Sól: 7.51 g; WW: 20.56 Por; Cholesterol: 1014.69 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2742.55 kcal; Białko ogółem: 125.33 g; Tłuszcz: 130.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.62 g; Sól: 7.76 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 886.78 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 70 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.63 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 40.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Sól: 5.27 g; WW: 28.58 Por; Cholesterol: 679.89 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędliina 30g 30 g , seler gotowany 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 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.08 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; suma cukrów prostych: 23.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 2.39 g; WW: 31.9 Por; Cholesterol: 208.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), miód 2 szt. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2354.56 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.8 g; Węglowodany ogółem: 382.94 g; suma cukrów prostych: 76.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sól: 5.16 g; WW: 35.84 Por; Cholesterol: 843.1 mg;

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2573.64 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.8 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; suma cukrów prostych: 67.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; Sól: 5.41 g; WW: 33.79 Por; Cholesterol: 945.78 mg;

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka 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> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	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 z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 120.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 282.61 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Sól: 6.36 g; WW: 25.47 Por; Cholesterol: 842.23 mg;

sobota 2025-01-11 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;

sobota 2025-01-11 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2619.14 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 96.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.6 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; suma cukrów prostych: 66.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sól: 5.9 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 863.69 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2577.9 kcal; Białko ogółem: 121.16 g; Tłuszcz: 110.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.8 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; suma cukrów prostych: 30.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; Sól: 5.53 g; WW: 27.28 Por; Cholesterol: 887.99 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1708.07 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 190.99 g; suma cukrów prostych: 32.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sól: 6.04 g; WW: 16.54 Por; Cholesterol: 807 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2200.11 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 98.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.98 g; Węglowodany ogółem: 237.19 g; suma cukrów prostych: 35.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Sól: 7.29 g; WW: 20.59 Por; Cholesterol: 908.88 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/glu b/ml 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, Ciastka bezglutenowe 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.84 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 282.29 g; suma cukrów prostych: 50.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sól: 5.02 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 732.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drobiowego i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/glu b/ml 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, Ciastka bezglutenowe 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2007.4 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; suma cukrów prostych: 33.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sól: 4.72 g; WW: 22.27 Por; Cholesterol: 733.65 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		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> ), wędlina 50 g, roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2015.64 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 237.42 g; suma cukrów prostych: 40.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Sól: 5.2 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 254.68 mg;

sobota 2025-01-11			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;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/ml b/glu 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, Ciastka bezglutenowe 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.26 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 131.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 218.57 g; suma cukrów prostych: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 10.31 g; Sól: 1.65 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 747.93 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drobiowego i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/glu b/ml 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, Ciastka bezglutenowe 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 102.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 215.57 g; suma cukrów prostych: 27.56 g; Błonnik pokarmowy: 10.31 g; Sól: 1.97 g; WW: 20.59 Por; Cholesterol: 732.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.04 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 132.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.14 g; Węglowodany ogółem: 198.11 g; suma cukrów prostych: 21.26 g; Błonnik pokarmowy: 9.65 g; Sól: 3.83 g; WW: 19 Por; Cholesterol: 907.43 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1957.41 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 80.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.23 g; Węglowodany ogółem: 230.46 g; suma cukrów prostych: 28.14 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Sól: 8.34 g; WW: 19.75 Por; Cholesterol: 735.15 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g , wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.61 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 106.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.42 g; Węglowodany ogółem: 195.9 g; suma cukrów prostych: 19.5 g; Błonnik pokarmowy: 12.95 g; Sól: 4.92 g; WW: 18.4 Por; Cholesterol: 732.45 mg;

sobota 2025-01-11			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> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</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> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.55 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; suma cukrów prostych: 43.8 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; Sól: 6.67 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 658.43 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 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 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.08 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; suma cukrów prostych: 23.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 2.39 g; WW: 31.9 Por; Cholesterol: 208.96 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.66 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 256.68 g; suma cukrów prostych: 39.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; Sól: 3.97 g; WW: 22.61 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

sobota 2025-01-11			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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1798.73 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 225.23 g; suma cukrów prostych: 49.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 3.86 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 745.1 mg;

sobota 2025-01-11			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;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ),		zupa neapolitańska ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB, SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
		Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt ( <u>GLU, MLE</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 1szt ots 25 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2831.11 kcal; Białko ogółem: 127 g; Tłuszcz: 114.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 9.15 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 379.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), miód 2 szt. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2603.94 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 383.18 g; suma cukrów prostych: 76.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sól: 5.16 g; WW: 35.88 Por; Cholesterol: 925.78 mg;

sobota 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana - ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa neapolitańska - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), gołąbki zawijane z kapustą - ots 240 g , sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), brokuły gotowane z tłuszczem ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2942.69 kcal; Białko ogółem: 140.91 g; Tłuszcz: 129.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 317.86 g; suma cukrów prostych: 45.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 388.93 mg;

sobota 2025-01-11 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: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

sobota 2025-01-11 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 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.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 2025-01-11 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.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 2025-01-11			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</u> , <u>MLE</u> , <u>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 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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.: 1044.56 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 109.35 g; suma cukrów prostych: 47.31 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.12 g; WW: 10.43 Por; Cholesterol: 199.21 mg;

sobota 2025-01-11			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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 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 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.57 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 7.52 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

sobota 2025-01-11			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;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1800.45 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 245.29 g; suma cukrów prostych: 83.6 g; Błonnik pokarmowy: 46.86 g; Sól: 3.95 g; WW: 20.13 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, gulasz z żółtek drobiowych 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 790.71 kcal; Białko ogółem: 41.84 g; Tłuszcz: 37.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.78 g; Węglowodany ogółem: 73.85 g; suma cukrów prostych: 9.1 g; Błonnik pokarmowy: 8.13 g; Sól: 2.65 g; WW: 6.66 Por; Cholesterol: 212.9 mg;

sobota 2025-01-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.67 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; Sól: 5.89 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 887.69 mg;

sobota 2025-01-11		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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z ogórków kiszonych 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	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 z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.55 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; suma cukrów prostych: 43.8 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; Sól: 6.67 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 658.43 mg;

sobota 2025-01-11		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 świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, buraczki duszone b/glu b/ml 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.15 kcal; Białko ogółem: 48.17 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 310.3 g; suma cukrów prostych: 74.13 g; Błonnik pokarmowy: 43.01 g; Sól: 4.55 g; WW: 26.88 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

sobota 2025-01-11		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</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> ),	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g, 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30g, roszponka 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1827.36 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 175.76 g; suma cukrów prostych: 55.15 g; Błonnik pokarmowy: 13.09 g; Sól: 5.34 g; WW: 16.38 Por; Cholesterol: 848.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , 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> ), pasta z jaj ze szczyptorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , rosółka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1980.21 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 203.57 g; suma cukrów prostych: 57.42 g; Błonnik pokarmowy: 15.87 g; Sól: 5.52 g; WW: 18.92 Por; Cholesterol: 859.88 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gulasz drobiowy - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), rosółka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1831.79 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 92.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 177.13 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; Sól: 5.19 g; WW: 15.38 Por; Cholesterol: 861.15 mg;

sobota 2025-01-11			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> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), rosółka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2207.23 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 286.92 g; suma cukrów prostych: 48.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Sól: 6.31 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 719.43 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2562.37 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 95.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 317.85 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g; Sól: 6.25 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 886.09 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2957.42 kcal; Białko ogółem: 144 g; Tłuszcz: 135.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 319.57 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g; Sól: 9.02 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 1026.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , mandarynka 100 g , ogórek świeży 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , margaryna 10 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2069.6 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 78.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 260.75 g; suma cukrów prostych: 46.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sól: 7.26 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 735.45 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , mandarynka 100 g , ogórek świeży 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2757.1 kcal; Białko ogółem: 132.45 g; Tłuszcz: 148.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.53 g; Węglowodany ogółem: 241.66 g; suma cukrów prostych: 51.64 g; Błonnik pokarmowy: 11.47 g; Sól: 4.28 g; WW: 23.2 Por; Cholesterol: 955.43 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać:</u> <u>GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2602.08 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 106.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 310.93 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 897.63 mg;

sobota 2025-01-11			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 2025-01-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> , ( <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos ( <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy ots b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	zupa neapolitańska ots b/mleka 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g ( <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy ots b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g , chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 79.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; suma cukrów prostych: 42.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.4 g; Sól: 5.3 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 263.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-11			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;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek do smarowania smakowy 80 g , marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z żołądków drobiowych 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		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 z jaj z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> , ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2723.89 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 126.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 306.53 g; suma cukrów prostych: 67.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sól: 5.26 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 846.78 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2884.61 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 126.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.29 g; WW: 32.1 Por; Cholesterol: 767.18 mg;

sobota 2025-01-11			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.67 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; Sól: 5.89 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 887.69 mg;