

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 w Szczecinie   |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie   | Obiad - Podwieczorek  | Kolacja - Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2025-01-12</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), wędlina wieprzowa 60 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|  |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.49 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 309.86 g; suma cukrów prostych: 39.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; Sól: 5.41 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 237.5 mg;

| <b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>  |   |  |
|---|---|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), wędlina wieprzowa 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2462.98 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 84.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 346.36 g; suma cukrów prostych: 54.83 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g; Sól: 5.72 g; WW: 30.98 Por; Cholesterol: 257.5 mg;

| <b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>   |  |  |
|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <b>może zawierać: GOR</b> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),   |  | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.34 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 360.83 g; suma cukrów prostych: 50.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 7.31 g; WW: 32.65 Por; Cholesterol: 247.67 mg;

| <b>niedziela 2025-01-12</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.93 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 321.13 g; suma cukrów prostych: 42.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g; Sól: 5.74 g; WW: 29.87 Por; Cholesterol: 244.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych |  |  |
|--|--|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), wędlina wieprzowa 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2907.22 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 415.38 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 10.91 g; WW: 38.05 Por; Cholesterol: 287.25 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   | 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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 60 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.81 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g; suma cukrów prostych: 59.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; Sól: 5.73 g; WW: 29.64 Por; Cholesterol: 269.4 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |  |  |
|--|---|---|-----------------------------------|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |                                   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,                            |                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.9 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Sól: 9.84 g; WW: 31.65 Por; Cholesterol: 256.97 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, 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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,                                   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1765.03 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 246.65 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Sól: 8.76 g; WW: 23.19 Por; Cholesterol: 223.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat) |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 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> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,                                   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1966.7 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 283.81 g; suma cukrów prostych: 41.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; Sól: 9.19 g; WW: 26.71 Por; Cholesterol: 232.57 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) |  |  |
|--|---|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,                                    |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2479 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 69.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 375.08 g; suma cukrów prostych: 54.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; Sól: 10.83 g; WW: 35.44 Por; Cholesterol: 252.57 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),  | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,                          |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.97 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; suma cukrów prostych: 32.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 6.67 g; WW: 25.75 Por; Cholesterol: 227.97 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police |  |  |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: papryka świeża 100 g,  |   | Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1729.93 kcal; Białko ogółem: 90.2 g; Tłuszcz: 46.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 268.33 g; suma cukrów prostych: 33.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g; Sól: 5.74 g; WW: 23.21 Por; Cholesterol: 169.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat) |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                    | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,     |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.96 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 274.49 g; suma cukrów prostych: 61.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g; Sól: 5.83 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 248.07 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                   | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,    |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2231.39 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 305.82 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.44 g; Sól: 7.36 g; WW: 26.54 Por; Cholesterol: 249.27 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł. |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),   |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,                          |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.69 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; suma cukrów prostych: 32.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 6.67 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 194.89 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),   | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,                             |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2440.67 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 323.32 g; suma cukrów prostych: 44.96 g; Błonnik pokarmowy: 42.01 g; Sól: 6.95 g; WW: 28.24 Por; Cholesterol: 247.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),<br>kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.75 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 53.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 296.99 g; suma cukrów prostych: 31.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; Sól: 10.38 g; WW: 27.65 Por; Cholesterol: 154.29 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa |  |  |
|---|---|--|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>Herbata czarna z/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),<br>masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.5 kcal; Białko ogółem: 54 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.6 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.82 g; Sól: 8.52 g; WW: 31.93 Por; Cholesterol: 199.74 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>Herbata czarna z/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g ( <u>SEL</u> ),   |   | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.46 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 359.19 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.8 g; Sól: 10.08 g; WW: 34.01 Por; Cholesterol: 187.69 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2413.02 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.9 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; suma cukrów prostych: 99.8 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g; Sól: 9.93 g; WW: 34.86 Por; Cholesterol: 253.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa   |   |  |  |
|--|--|---|---|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 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> ), sałata zielona 8g 8g, wędlina wieprzowa 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),  |  |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2748.19 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 90.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 396.97 g; suma cukrów prostych: 59.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 6.69 g; WW: 36.13 Por; Cholesterol: 265.5 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |                        | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                    |  |  |  |
|--|--|------------------------|---|--|--|--|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  |  | płynna - obiad 600 ml, |   | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |                        | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| niedziela 2025-01-12  |  |                           | Jadłospis dla diety: Papkowata   |   |  |  |
|---|--|---------------------------|--|---|--|--|
| papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  |  | papkowata - obiad 650 ml, |  | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |                           | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |   |  |  |

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

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona   |  |  |  |
|--|--|---|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |  |  |
|  |  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2617.98 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 362.95 g; suma cukrów prostych: 71.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sól: 9.91 g; WW: 34.42 Por; Cholesterol: 256.97 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |  |  |  |
|--|--|---|---|--|--|--|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |   | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                    |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2448.28 kcal; Białko ogółem: 126.2 g; Tłuszcz: 95.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 294.09 g; suma cukrów prostych: 26.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; Sól: 9.45 g; WW: 27.52 Por; Cholesterol: 255.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca |   |  |  |
|---|--|---|--|---|--|--|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , 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 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |   |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g ,                          |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1516.32 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 199.55 g; suma cukrów prostych: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sól: 5.17 g; WW: 17.21 Por; Cholesterol: 227.75 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa |  |  |  |
|--|--|---|--------------------------------------|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |                                      | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , |  |  |
|  |  |   |                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.93 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 308.98 g; suma cukrów prostych: 51.03 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 227.27 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna |  |  |  |
|---|--|---|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |  | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |   | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |
|   |  |   |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.93 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.87 g; Węglowodany ogółem: 319.51 g; suma cukrów prostych: 35.66 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sól: 8.64 g; WW: 30.45 Por; Cholesterol: 92.58 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |  | 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 , wędlina 100g 100g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlec drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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 wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , |  |  |
|   |  |  |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080.34 kcal; Białko ogółem: 98.6 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.1 g; Węglowodany ogółem: 293.4 g; suma cukrów prostych: 24.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Sól: 4.77 g; WW: 26.4 Por; Cholesterol: 98.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |  | 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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 wieprzowa 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.15 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; suma cukrów prostych: 39.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; Sól: 5.94 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 221.49 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Atopowa |  |  |
|---|--|---|------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |                              |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłek z/c 200 ml ,   |  | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,             |                              |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1769.85 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 258 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 1.97 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN |  |  |
|---|---|--|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2053.42 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 253.41 g; suma cukrów prostych: 23.92 g; Błonnik pokarmowy: 11.92 g; Sól: 2.08 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 234.41 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,                                   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.08 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.9 g; Węglowodany ogółem: 243.54 g; suma cukrów prostych: 17.54 g; Błonnik pokarmowy: 9.33 g; Sól: 1.63 g; WW: 23.58 Por; Cholesterol: 125.73 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,                    |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.4 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 105.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 226.48 g; suma cukrów prostych: 21.5 g; Błonnik pokarmowy: 12.28 g; Sól: 2.23 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 246.81 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                      |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, rzodkiewka 40g 40 g,                                     |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.77 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.7 g; Węglowodany ogółem: 286.2 g; suma cukrów prostych: 37.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Sól: 8.36 g; WW: 25.01 Por; Cholesterol: 188.16 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |  | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 10 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),               |   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, rzodkiewka 40g 40 g,                                     |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.32 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 97.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.38 g; Węglowodany ogółem: 231.26 g; suma cukrów prostych: 27.69 g; Błonnik pokarmowy: 13.22 g; Sól: 3.96 g; WW: 21.93 Por; Cholesterol: 125.73 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Dna moczanowa |  |  |
|--|---|--|------------------------------------|--|--|
| 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |                                    |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,  |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2278.35 kcal; Białko ogółem: 69.97 g; Tłuszcz: 84.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 7.02 g; WW: 30.25 Por; Cholesterol: 172.84 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |  | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |  |  |
|--|---|--|------------------------------------|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml, chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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 30g 30 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |                                    |  |  |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),   |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.5 kcal; Białko ogółem: 54 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.6 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.82 g; Sól: 8.52 g; WW: 31.93 Por; Cholesterol: 199.74 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |   |  |
|---|--|--|---|---|--|
| chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |   | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,   |  |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g,       |  |  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g, |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.17 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 199.85 g; suma cukrów prostych: 30.43 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sól: 7.18 g; WW: 18.12 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |  |  |
|---|--|--|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,   |  | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |   | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 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> ), marchewka gotowana 100 g, |  |  |   | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1975.15 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; suma cukrów prostych: 57.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; Sól: 7.39 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |   |  |
|---|--|---|---------------------------------|---|--|
| Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,                     |  |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  |   |                                 | Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 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.: 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;

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  | barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), knedle ze śliwką ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), śmietana 18% ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |   | chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g ( <u>SEL</u> ), |  |
|  |  |  |   | Posiłek nocny: herbatniki ots 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2762.44 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 118.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.88 g; Węglowodany ogółem: 303.6 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.2 g; Sól: 6.1 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 445.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa |   |  |  |
|---|--|---|-------------------------------------|---|--|--|
| masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |                                     | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g ( <u>SEL</u> ),   |  |   |                                     |   | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.46 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 359.19 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.8 g; Sól: 10.08 g; WW: 34.01 Por; Cholesterol: 187.69 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  | barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g, Filet z kurczaka gotowany ots 80 g, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |   | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g ( <u>SEL</u> ), |  |  |
|  |  |  | Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2606.97 kcal; Białko ogółem: 150.4 g; Tłuszcz: 117.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.07 g; Węglowodany ogółem: 235.91 g; suma cukrów prostych: 41.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sól: 9.65 g; WW: 20.85 Por; Cholesterol: 435.11 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | 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;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary) |   |  |  |
|---|--|---|---|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |   | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  |  |

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

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |   | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  |  |

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

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), |  | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), |  |  |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: KML płynna chir. |  |  |
|---|---|---|---------------------------------------|--|--|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</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;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | Jadłospis dla diety: Bariatryczna |  |  |
|---|--|---|-----------------------------------|--|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |                                   |  |  |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |  | 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 , | grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>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: 3.1 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 208.59 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |  | Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny |  |  |
|---|--|--|---------------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |                                       |  |  |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,   |  | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,  |                                       |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.52 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |  |  |
|--|--|---|----------------------------------|--|--|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |                                  |  |  |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: banan 200 g ,  |                                  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1887.71 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 261.78 g; suma cukrów prostych: 96.91 g; Błonnik pokarmowy: 49.41 g; Sól: 7.26 g; WW: 21.5 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12 |  | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny   |
|----------------------|--|--|
|                      |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1136.51 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 46.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.83 g; Węglowodany ogółem: 116.65 g; suma cukrów prostych: 9.92 g; Błonnik pokarmowy: 9.13 g; Sól: 2.06 g; WW: 10.82 Por; Cholesterol: 211.96 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji  |
|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.4 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Sól: 9.84 g; WW: 31.65 Por; Cholesterol: 256.97 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA  |
|--|---|--|
| 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), naleśniki ze szpinakiem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|  |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2123.51 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 304.43 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sól: 6.56 g; WW: 27.32 Por; Cholesterol: 266.49 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA   |
|--|---|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , dżem owocowy 50 g , | zupa ziemniaczana - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z soczewicy 80 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|  |   | Posiłek nocny: gruszka 150 g , Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2229.92 kcal; Białko ogółem: 57.59 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; suma cukrów prostych: 79.24 g; Błonnik pokarmowy: 43.69 g; Sól: 4.69 g; WW: 31.22 Por; Cholesterol: 7.43 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)  |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , 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 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g ,                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.73 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 74.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 253.69 g; suma cukrów prostych: 36.28 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Sól: 4.54 g; WW: 23.79 Por; Cholesterol: 234.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat) |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 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> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),  |  |  |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g ,                                    |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.41 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 290.85 g; suma cukrów prostych: 40.3 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g; Sól: 4.98 g; WW: 27.3 Por; Cholesterol: 244 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   | 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                    |  | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 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> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,     |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |  |   |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752.51 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 74.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 207.7 g; suma cukrów prostych: 57.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; Sól: 5.4 g; WW: 17.87 Por; Cholesterol: 238.73 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | 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 z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | pomidorowa z makaronem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), naleśniki ze szpinakiem 240 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , |  | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |   |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2027.43 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.5 g; Węglowodany ogółem: 254.39 g; suma cukrów prostych: 39.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 6.93 g; WW: 22.16 Por; Cholesterol: 303.19 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |  | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , |  | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),  |  |  |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2695.64 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 402.26 g; suma cukrów prostych: 54.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; Sól: 11.07 g; WW: 38.09 Por; Cholesterol: 264.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),  | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426.08 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; suma cukrów prostych: 63.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.16 g; Sól: 12.92 g; WW: 27.18 Por; Cholesterol: 259.67 mg;

| niedziela 2025-01-12  |   |   | Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| margaryna 15 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 100g 100 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,   | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet z indyka gotowany 100 g, rzodkiewka 40g 40 g,      |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2248.28 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.82 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.09 g; Sól: 5.71 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 168.73 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   | Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca |  |  |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                   | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,       |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2363.69 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 108.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 264.69 g; suma cukrów prostych: 54.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.69 g; Sól: 2.91 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 255.71 mg;

| niedziela 2025-01-12   |  |   | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna |  |  |
|--|--|---|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), wędlina wieprzowa 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2907.22 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 415.38 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 10.91 g; WW: 38.05 Por; Cholesterol: 287.25 mg;

| niedziela 2025-01-12                          |   |   | 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-01-12  |   |   |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS  |   |   |
| chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy ots 113 g ( <u>SOJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100g , Herbata czarna b/c 250 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami ots b/mleka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), knedle ze śliwką ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g ( <u>SEL</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy -ots 300 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2302.43 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Sól: 4.15 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 214.75 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS  |   |   |
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),          |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,                                  |   | <b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 894.75 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 31.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 120.1 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.1 g; WW: 10.38 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

| niedziela 2025-01-12  |  |   |
|---|--|---|
| Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj   |  |   |
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), wędlina wieprzowa 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),   |  | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2907.22 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 415.38 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 10.91 g; WW: 38.05 Por; Cholesterol: 287.25 mg;

| niedziela 2025-01-12   |   |   |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata  |   |   |
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,  |   | <b>Posiłek nocny:</b> 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;

| niedziela 2025-01-12  |   |  |
|---|---|--|
| Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna  |   |  |
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.4 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.5 g; Węglowodany ogółem: 339.24 g; suma cukrów prostych: 50.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Sól: 10.02 g; WW: 32.15 Por; Cholesterol: 312.47 mg;