

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), jabłko 150 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2301.36 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.1 g; Węglowodany ogółem: 305.5 g; suma cukrów prostych: 81.29 g; Błonnik pokarmowy: 58.02 g; Sól: 5.87 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 251.24 mg;

<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 250 g, jabłko 150 g,	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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2574.26 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 96.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.11 g; Węglowodany ogółem: 349.61 g; suma cukrów prostych: 96.82 g; Błonnik pokarmowy: 61.09 g; Sól: 6.18 g; WW: 29.24 Por; Cholesterol: 271.24 mg;

<b>poniedziałek 2025-02-03</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 mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2037.02 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 244.41 g; suma cukrów prostych: 72.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Sól: 8.66 g; WW: 21.03 Por; Cholesterol: 362.96 mg;

<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2386.59 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; suma cukrów prostych: 110.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; Sól: 4.61 g; WW: 32.43 Por; Cholesterol: 281.64 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g	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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml
II Śniadanie: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2706.16 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 99.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 376.49 g; suma cukrów prostych: 93.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; Sól: 6.22 g; WW: 33.63 Por; Cholesterol: 271.24 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2264.56 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 341.59 g; suma cukrów prostych: 112.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sól: 3.56 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 231.68 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.07 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 91.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; suma cukrów prostych: 71.38 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sól: 9.12 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 334.52 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1913.27 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 250.96 g; suma cukrów prostych: 104.48 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g; Sól: 3.17 g; WW: 23.4 Por; Cholesterol: 271.7 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2007.73 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 267.34 g; suma cukrów prostych: 106.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 3.33 g; WW: 24.88 Por; Cholesterol: 281.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2547.43 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 87.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; suma cukrów prostych: 118.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 4.97 g; WW: 34.53 Por; Cholesterol: 301.04 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2337.57 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; suma cukrów prostych: 52.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 9.83 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 354.58 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1966.45 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; suma cukrów prostych: 31.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 8.81 g; WW: 20.84 Por; Cholesterol: 305.88 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1939.86 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 84.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 216.44 g; suma cukrów prostych: 63.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; Sól: 7.89 g; WW: 18 Por; Cholesterol: 300.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			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> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20g, jabłko 150g, sok owocowy 200ml 200g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.06 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.4 g; Węglowodany ogółem: 277.4 g; suma cukrów prostych: 67.37 g; Błonnik pokarmowy: 47.77 g; Sól: 9.41 g; WW: 23.16 Por; Cholesterol: 301.66 mg;

poniedziałek 2025-02-03			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 drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.07 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; suma cukrów prostych: 38.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 9.43 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 330.58 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2693.95 kcal; Białko ogółem: 146.74 g; Tłuszcz: 109.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.59 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; suma cukrów prostych: 57.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 11.61 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 413.66 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1954.15 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.3 g; Węglowodany ogółem: 267.19 g; suma cukrów prostych: 35.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Sól: 10.92 g; WW: 24.51 Por; Cholesterol: 247.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1919.9 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 270.29 g; suma cukrów prostych: 35.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.27 g; Sól: 3.39 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 191.27 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <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 ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.42 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g; Sól: 7.88 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 235.58 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <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 ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.03 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 310.81 g; suma cukrów prostych: 80.9 g; Błonnik pokarmowy: 17.2 g; Sól: 8.3 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 313.06 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , jabłko 150 g ,	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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2531.46 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 96.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; suma cukrów prostych: 93.54 g; Błonnik pokarmowy: 58.02 g; Sól: 6.15 g; WW: 28.5 Por; Cholesterol: 271.24 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml , selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.15 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 130.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.33 g; Węglowodany ogółem: 117.5 g; suma cukrów prostych: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.87 g; WW: 11.09 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml , selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	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.: 2109.67 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 130.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.34 g; Węglowodany ogółem: 128.75 g; suma cukrów prostych: 7.73 g; Błonnik pokarmowy: 9.47 g; Sól: 1.88 g; WW: 12.14 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

poniedziałek 2025-02-03		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g ,	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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2548.55 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; Sól: 8.48 g; WW: 30.54 Por; Cholesterol: 368.56 mg;

poniedziałek 2025-02-03		
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. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2394.47 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 96.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; suma cukrów prostych: 38.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; Sól: 10.76 g; WW: 26.88 Por; Cholesterol: 348.56 mg;

poniedziałek 2025-02-03		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1869.66 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 236.13 g; suma cukrów prostych: 46.3 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sól: 8.26 g; WW: 20.59 Por; Cholesterol: 305.88 mg;

poniedziałek 2025-02-03		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), jabłko 150 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2589.97 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 107.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Błonnik pokarmowy: 61.76 g; Sól: 7.1 g; WW: 27.58 Por; Cholesterol: 265.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1937.23 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 60.68 g; Kw.łt.nas.ogółem: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 263.66 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Sól: 10.54 g; WW: 24.46 Por; Cholesterol: 193.7 mg;

poniedziałek 2025-02-03			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 drob. 100 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1973.02 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw.łt.nas.ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; suma cukrów prostych: 43.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.37 g; Sól: 8.72 g; WW: 22.13 Por; Cholesterol: 195.2 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,	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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: banan 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.32 kcal; Białko ogółem: 87.1 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 277.06 g; suma cukrów prostych: 84.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.82 g; Sól: 9.11 g; WW: 24.14 Por; Cholesterol: 313.17 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, waffle ryżowe 40 g,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,				Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,	

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

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, dżem 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.6 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 108.59 g; Kw.łt.nas.ogółem: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 219.56 g; suma cukrów prostych: 36.82 g; Błonnik pokarmowy: 17.13 g; Sól: 5.55 g; WW: 20.3 Por; Cholesterol: 301.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami -dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz drobiowy -dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), cukinia gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.42 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 219.25 g; suma cukrów prostych: 36.56 g; Błonnik pokarmowy: 17.13 g; Sól: 5.6 g; WW: 20.3 Por; Cholesterol: 193.7 mg;

poniedziałek 2025-02-03			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. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami -dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), gulasz drobiowy -dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.92 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 119.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 214.1 g; suma cukrów prostych: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g; Sól: 5.97 g; WW: 19.81 Por; Cholesterol: 356.28 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami -dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), gulasz drobiowy -dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),					Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1894.66 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 248.39 g; suma cukrów prostych: 36.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g; Sól: 7.55 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 196.4 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,	selerowa z ziemniakami -dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy -dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2076.94 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 93.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 218.16 g; suma cukrów prostych: 30.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.71 g; Sól: 7.93 g; WW: 19.88 Por; Cholesterol: 193.7 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z brokuła 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE.</u> ),	selerowa z ziemniakami -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ), Szafranowe naleśniki 240 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
					Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.7 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g; Sól: 4.04 g; WW: 25.96 Por; Cholesterol: 247.5 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 120 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1919.9 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 270.29 g; suma cukrów prostych: 35.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.27 g; Sól: 3.39 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 191.27 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1859.79 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; suma cukrów prostych: 48.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.93 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 780.34 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2187.92 kcal; Białko ogółem: 107.9 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.86 Por; Cholesterol: 255.82 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.08 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;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. -ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	grysiowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g , warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> rogal ots 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3487.4 kcal; Białko ogółem: 141.47 g; Tłuszcz: 166.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 66.99 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; suma cukrów prostych: 91.86 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 9.05 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 1396.61 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>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. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.42 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g; Sól: 7.88 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 235.58 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlęt na słono ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany ots 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3170.66 kcal; Białko ogółem: 139.22 g; Tłuszcz: 176.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 66.31 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 8.4 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1388.61 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,			

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

poniedziałek 2025-02-03			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;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.27 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;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1308.3 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

poniedziałek 2025-02-03			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;

poniedziałek 2025-02-03			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 kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-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> , <u>może zawierać: GOR</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 50 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.: 2184.98 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; suma cukrów prostych: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sól: 7.3 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Pokrzywowa		
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-żyt. 100 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> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka 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.: 1917.95 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Błonnik pokarmowy: 52.63 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , fasolka po bretońsku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), jabłko 150 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1067.12 kcal; Białko ogółem: 49.91 g; Tłuszcz: 33.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.93 g; Węglowodany ogółem: 152.98 g; suma cukrów prostych: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Sól: 2.12 g; WW: 11.77 Por; Cholesterol: 60.31 mg;

poniedziałek 2025-02-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2309.08 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.6 g; Węglowodany ogółem: 286.54 g; suma cukrów prostych: 77.6 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sól: 8.59 g; WW: 26.66 Por; Cholesterol: 363.76 mg;

poniedziałek 2025-02-03		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 brokułu 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jablek 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.7 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g; Sól: 4.04 g; WW: 25.96 Por; Cholesterol: 247.5 mg;

poniedziałek 2025-02-03		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z brokułu 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1886.33 kcal; Białko ogółem: 51.03 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 270.39 g; suma cukrów prostych: 73.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.74 g; Sól: 8.19 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 17.75 mg;

poniedziałek 2025-02-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1712.01 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 210.03 g; suma cukrów prostych: 93.6 g; Błonnik pokarmowy: 18.1 g; Sól: 2.12 g; WW: 19.44 Por; Cholesterol: 255.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),		selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g,	
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: banan 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1925.11 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 253.72 g; suma cukrów prostych: 106.89 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g; Sól: 3.15 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 271.7 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),		selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 100 g,		chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g,	
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, jabłko 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> ), pomidor 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1889.17 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 91.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.2 g; Węglowodany ogółem: 186.2 g; suma cukrów prostych: 61.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.05 g; Sól: 8.01 g; WW: 15.25 Por; Cholesterol: 375.12 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokułu 100 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g,	
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,				Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.18 kcal; Białko ogółem: 78.5 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 279.17 g; suma cukrów prostych: 48.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.19 g; Sól: 9.42 g; WW: 24.17 Por; Cholesterol: 208.36 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,	
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2545.39 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 95.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; suma cukrów prostych: 88.38 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Sól: 9.2 g; WW: 31.84 Por; Cholesterol: 334.52 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, marchewka gotowana 100 g,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2537.23 kcal; Białko ogółem: 142.08 g; Tłuszcz: 99.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.98 g; Węglowodany ogółem: 290.65 g; suma cukrów prostych: 70.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g; Sól: 13.42 g; WW: 25.78 Por; Cholesterol: 412.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2054.58 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 251.7 g; suma cukrów prostych: 61.98 g; Błonnik pokarmowy: 47.11 g; Sól: 9.46 g; WW: 20.61 Por; Cholesterol: 539.2 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.49 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 113.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 219.47 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g; Sól: 5.57 g; WW: 19.77 Por; Cholesterol: 293.98 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,			
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2503.39 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 96.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.1 g; Węglowodany ogółem: 330.56 g; suma cukrów prostych: 92.7 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 9.23 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 335.72 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta ots b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczek i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: chleb graham 50 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.62 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 280.17 g; suma cukrów prostych: 65.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sól: 3.75 g; WW: 24.44 Por; Cholesterol: 683.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03			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;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
makaron drobny 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> , ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , ), papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), fasolka po bretońsku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,		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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2662.08 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 96.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 375.88 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Błonnik pokarmowy: 43.7 g; Sól: 6.12 g; WW: 33.5 Por; Cholesterol: 271.24 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyn o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516.71 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 114.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.88 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.25 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 753.58 mg;

poniedziałek 2025-02-03			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), cukinia gotowana 130 g ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),				Posiłek nocny: banan 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2406.07 kcal; Białko ogółem: 108.4 g; Tłuszcz: 94.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; suma cukrów prostych: 77.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sól: 9.36 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 346.52 mg;