

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-02-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.41 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 117.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 287.91 g; suma cukrów prostych: 48.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 5.3 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 825.27 mg;

<b>piątek 2025-02-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2650.9 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 121.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; Sól: 5.06 g; WW: 26.78 Por; Cholesterol: 845.27 mg;

<b>piątek 2025-02-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2388.4 kcal; Białko ogółem: 104.9 g; Tłuszcz: 98.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; suma cukrów prostych: 48.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Sól: 5.05 g; WW: 24.59 Por; Cholesterol: 707.45 mg;

<b>piątek 2025-02-14</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g,	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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2320.44 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; suma cukrów prostych: 69.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Sól: 5.49 g; WW: 28.14 Por; Cholesterol: 796.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2854.17 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 119.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; suma cukrów prostych: 93.56 g; Błonnik pokarmowy: 50.59 g; Sól: 5.05 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 828.47 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2325.47 kcal; Białko ogółem: 114.9 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.7 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Sól: 6.77 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 735.65 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.7 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 815.45 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</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> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1754.84 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 189.26 g; suma cukrów prostych: 62 g; Błonnik pokarmowy: 17.68 g; Sól: 4.18 g; WW: 17.4 Por; Cholesterol: 786.37 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), 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> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1810.56 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.93 g; Węglowodany ogółem: 202.17 g; suma cukrów prostych: 62.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g; Sól: 4.24 g; WW: 18.61 Por; Cholesterol: 786.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)</span>		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2435.7 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 82.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; suma cukrów prostych: 76.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.9 g; Sól: 5.99 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 815.45 mg;

piątek 2025-02-14 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 300 ml,	<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.2 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.1 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; suma cukrów prostych: 42.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.58 g; Sól: 8.52 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 233.7 mg;

piątek 2025-02-14 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police</span>		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> papryka świeża 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.86 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 68.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; suma cukrów prostych: 36.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Sól: 6.69 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 175.52 mg;

piątek 2025-02-14 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)</span>		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 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> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200g, śliwki 100g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.61 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 86.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.6 g; Węglowodany ogółem: 249.47 g; suma cukrów prostych: 61.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 6.71 g; WW: 21.79 Por; Cholesterol: 258.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 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> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE.</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2357.85 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 89.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; suma cukrów prostych: 64.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 267.7 mg;

piątek 2025-02-14 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE.</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.42 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; suma cukrów prostych: 35.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sól: 7.95 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 200.62 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE.</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE.</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2573.1 kcal; Białko ogółem: 127.53 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.11 g; Węglowodany ogółem: 319.74 g; suma cukrów prostych: 55.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; Sól: 8.8 g; WW: 28.05 Por; Cholesterol: 253.7 mg;

piątek 2025-02-14 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL.</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.03 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; suma cukrów prostych: 25.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sól: 6.87 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 117.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2188.39 kcal; Białko ogółem: 48.26 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 330.64 g; suma cukrów prostych: 25.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; Sól: 2.89 g; WW: 30.61 Por; Cholesterol: 155.84 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.13 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; suma cukrów prostych: 92.48 g; Błonnik pokarmowy: 41.97 g; Sól: 5.99 g; WW: 32.7 Por; Cholesterol: 117.62 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2512.64 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; suma cukrów prostych: 89.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.53 g; Sól: 6.43 g; WW: 33.4 Por; Cholesterol: 182.7 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2482.17 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 106.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 274.74 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; Sól: 5.64 g; WW: 24.6 Por; Cholesterol: 923.67 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml , szpinakowa z ziemniakami - dieta płynna 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.: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 130.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 123.71 g; suma cukrów prostych: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 7.63 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
<p>papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),</p>	<p>papkowata - obiad 650 ml , szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),</p>	<p>papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),</p>
<p>II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.03 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 130.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.29 g; Węglowodany ogółem: 134.96 g; suma cukrów prostych: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.8 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
<p>ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p>	<p>szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),</p>	<p>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>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p>
		<p>Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2595.38 kcal; Białko ogółem: 121.5 g; Tłuszcz: 84.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 358.13 g; suma cukrów prostych: 92.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sól: 6.69 g; WW: 33.68 Por; Cholesterol: 243 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
<p>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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>	<p>szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2461.18 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 88.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 306.53 g; suma cukrów prostych: 33.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Sól: 8.21 g; WW: 28.08 Por; Cholesterol: 707.85 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
<p>chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>	<p>szpinakowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g ,</p>	<p>chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1762.88 kcal; Białko ogółem: 123.75 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 180.91 g; suma cukrów prostych: 27.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g; Sól: 5.89 g; WW: 15.89 Por; Cholesterol: 724.19 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
<p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>	<p>szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p>	<p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>
		<p>Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.87 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 119.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 254.95 g; suma cukrów prostych: 24.35 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 5.13 g; WW: 22.21 Por; Cholesterol: 797.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna			
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 60 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.07 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw.łł.nas.ogółem: 44.58 g; Węglowodany ogółem: 314.5 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.47 g; Sól: 4.65 g; WW: 27.79 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA			
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.89 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 82.06 g; Kw.łł.nas.ogółem: 46.8 g; Węglowodany ogółem: 262.86 g; suma cukrów prostych: 40.21 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 4.38 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 712.19 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA			
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/ jaj 90 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw.łł.nas.ogółem: 23.9 g; Węglowodany ogółem: 277.97 g; suma cukrów prostych: 43.11 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; Sól: 4.49 g; WW: 24.37 Por; Cholesterol: 118.83 mg;

piątek 2025-02-14			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, Goląbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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,		
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml,				Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, ryż na wodzie 200 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1830.61 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 258 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 1.99 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.54 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 111.41 g; Kw.łł.nas.ogółem: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 187.3 g; suma cukrów prostych: 33.07 g; Błonnik pokarmowy: 12.15 g; Sól: 1.6 g; WW: 17.77 Por; Cholesterol: 685.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 60 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), wędlna 60 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2086.04 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 101.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 205.95 g; suma cukrów prostych: 16.48 g; Błonnik pokarmowy: 16.04 g; Sól: 1.93 g; WW: 19.2 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE.</b> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319.95 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 115.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 209.77 g; suma cukrów prostych: 22.05 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Sól: 3.74 g; WW: 19.68 Por; Cholesterol: 723.47 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , wędlna 60 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB.</b> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), wędlna 60 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2051.12 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.09 g; Węglowodany ogółem: 264.76 g; suma cukrów prostych: 31.74 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sól: 7 g; WW: 22.62 Por; Cholesterol: 588.69 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR.</b> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), wędlna 60 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.32 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 108.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 215.9 g; suma cukrów prostych: 22.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.79 g; Sól: 3.35 g; WW: 19.9 Por; Cholesterol: 585.99 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2422.53 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 111.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 288.46 g; suma cukrów prostych: 41.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; Sól: 5.36 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 724.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 30g 30 g,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), jabłko pieczone 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.12 kcal; Białko ogółem: 53.74 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; suma cukrów prostych: 46.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g; Sól: 2.82 g; WW: 30.23 Por; Cholesterol: 155.84 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 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 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, marchewka 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> ), bobvita 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.: 2230.4 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sól: 4.97 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

piątek 2025-02-14 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> , <u>może zawierać: GOR</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 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 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.: 2000.96 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 243.76 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.64 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 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;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU, _</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL, _</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE, _</u> ), Szynga wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU, _</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, _</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU, _</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL, _</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE, _</u> ), Szynga wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU, _</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, _</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.01 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Ściśła 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, może zawierać: GOR,</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, może zawierać: GOR,</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, może zawierać: GOR,</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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Ściśła 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, może zawierać: GOR, _</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</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, może zawierać: GOR, _</u> ),

**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;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,

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

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

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

piątek 2025-02-14 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, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, 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;

piątek 2025-02-14 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.: 1727.34 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		
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. 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, SEL, może zawierać: GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, 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;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), ziemniaki gotowane 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1194.78 kcal; Białko ogółem: 55.53 g; Tłuszcz: 61.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.02 g; Węglowodany ogółem: 110.51 g; suma cukrów prostych: 10.88 g; Błonnik pokarmowy: 12.26 g; Sól: 1.4 g; WW: 9.95 Por; Cholesterol: 295.93 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.7 kcal; Białko ogółem: 116.8 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 285.68 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; Sól: 5.82 g; WW: 26.61 Por; Cholesterol: 803.45 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, salata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kottlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2442.63 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 111.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 292.1 g; suma cukrów prostych: 41.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sól: 5.36 g; WW: 25.85 Por; Cholesterol: 724.93 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.01 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 329.66 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Błonnik pokarmowy: 42.66 g; Sól: 5.15 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g ,	chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1608.08 kcal; Białko ogółem: 84.5 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 153.72 g; suma cukrów prostych: 64.9 g; Błonnik pokarmowy: 16.11 g; Sól: 3.41 g; WW: 13.9 Por; Cholesterol: 786.97 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1805.01 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 216.12 g; suma cukrów prostych: 68.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; Sól: 4.08 g; WW: 19.43 Por; Cholesterol: 518.88 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos jarzynowy 50 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 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> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1912.33 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 85.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.08 g; Węglowodany ogółem: 205.19 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g; Sól: 5.45 g; WW: 18.01 Por; Cholesterol: 510.91 mg;

piątek 2025-02-14 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlec z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2596.16 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.08 g; Węglowodany ogółem: 294.01 g; suma cukrów prostych: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 39.96 g; Sól: 7.85 g; WW: 25.79 Por; Cholesterol: 819.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2399.83 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 316.6 g; suma cukrów prostych: 82.1 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g; Sól: 5.97 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 798.65 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2503.35 kcal; Białko ogółem: 139.56 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.6 g; Sól: 8.99 g; WW: 25.63 Por; Cholesterol: 796.15 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml/b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2120.45 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 274.49 g; suma cukrów prostych: 54.1 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; Sól: 5.67 g; WW: 23.79 Por; Cholesterol: 707.45 mg;

piątek 2025-02-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml/b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2332.39 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 114.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 231.42 g; suma cukrów prostych: 54.15 g; Błonnik pokarmowy: 13.81 g; Sól: 3.53 g; WW: 21.9 Por; Cholesterol: 257.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2839.17 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 131 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; suma cukrów prostych: 96.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.79 g; Sól: 5.21 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 883.97 mg;

piątek 2025-02-14 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;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	jarzynowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szyntka wieprzowa duszona ots 120 g, kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 104.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; suma cukrów prostych: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 226.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, budyń o smaku śmietankowym z/c - OTS 200 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1181.75 kcal; Białko ogółem: 44.39 g; Tłuszcz: 35.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 177.66 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Sól: 1.35 g; WW: 16.16 Por; Cholesterol: 168.32 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2854.17 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 119.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; suma cukrów prostych: 93.56 g; Błonnik pokarmowy: 50.59 g; Sól: 5.05 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 828.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, 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> ), szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE, _</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2737.99 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 117.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.79 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; suma cukrów prostych: 159.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Sól: 4.48 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 771.73 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL, _</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.2 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 84.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 815.45 mg;