

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-03-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), wędlina wieprzowa 30 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2372.44 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 97.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; suma cukrów prostych: 54.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 7.59 g; WW: 25.01 Por; Cholesterol: 233.81 mg;

<b>czwartek 2025-03-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina wieprzowa 50 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2642.55 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz: 103.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; suma cukrów prostych: 70.19 g; Błonnik pokarmowy: 43.81 g; Sól: 7.89 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 253.81 mg;

<b>czwartek 2025-03-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina wieprzowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2124.45 kcal; Białko ogółem: 102.2 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; suma cukrów prostych: 74.9 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g; Sól: 6.08 g; WW: 24.48 Por; Cholesterol: 222.6 mg;

<b>czwartek 2025-03-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2161.27 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; suma cukrów prostych: 57.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 5.11 g; WW: 27.4 Por; Cholesterol: 211.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</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 mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina wieprzowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2776.74 kcal; Białko ogółem: 125.19 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.68 Por; Cholesterol: 246.53 mg;

czwartek 2025-03-20		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2161.27 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; suma cukrów prostych: 57.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 5.11 g; WW: 27.4 Por; Cholesterol: 211.45 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.07 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 311.13 g; suma cukrów prostych: 65.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; Sól: 5 g; WW: 29.39 Por; Cholesterol: 211.92 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1519.12 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 181.21 g; suma cukrów prostych: 53.79 g; Błonnik pokarmowy: 15.95 g; Sól: 3.12 g; WW: 16.79 Por; Cholesterol: 182.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1641.29 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 204.59 g; suma cukrów prostych: 56.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.7 g; Sól: 3.35 g; WW: 18.89 Por; Cholesterol: 191.92 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.99 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g; Sól: 4.99 g; WW: 27.86 Por; Cholesterol: 211.92 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2258.73 kcal; Białko ogółem: 118.77 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 294.92 g; suma cukrów prostych: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 46.86 g; Sól: 7.91 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 199.55 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: rzodkiewka 40 g,				Posiłek nocny: pomidor 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1700.58 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 231.87 g; suma cukrów prostych: 22.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 5.15 g; WW: 19.46 Por; Cholesterol: 153.77 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1987.5 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 77.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 230.45 g; suma cukrów prostych: 47.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; Sól: 5.2 g; WW: 19.65 Por; Cholesterol: 510.58 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2264.7 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 291.41 g; suma cukrów prostych: 51.37 g; Błonnik pokarmowy: 45.64 g; Sól: 6.72 g; WW: 24.81 Por; Cholesterol: 511.78 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.02 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; suma cukrów prostych: 23.92 g; Błonnik pokarmowy: 43.62 g; Sól: 6.47 g; WW: 24.4 Por; Cholesterol: 168.99 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g , wędlina 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2455.83 kcal; Białko ogółem: 129.01 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; suma cukrów prostych: 43.72 g; Błonnik pokarmowy: 47.36 g; Sól: 8.19 g; WW: 27.73 Por; Cholesterol: 219.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1879.3 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 249.76 g; suma cukrów prostych: 33.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Sól: 6.04 g; WW: 22.4 Por; Cholesterol: 155.64 mg;

czwartek 2025-03-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa</span>		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1991.07 kcal; Białko ogółem: 52.98 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 258.75 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 2.88 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 209.28 mg;

czwartek 2025-03-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.37 kcal; Białko ogółem: 102.6 g; Tłuszcz: 52.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 360.51 g; suma cukrów prostych: 100.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 4.74 g; WW: 34.03 Por; Cholesterol: 178.64 mg;

czwartek 2025-03-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</span>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2301.05 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sól: 5.15 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 211.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), wędlina wieprzowa 50 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2531.04 kcal; Białko ogółem: 118.5 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.8 g; Sól: 6.81 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 210.31 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml, marchewkowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <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.: 2016.28 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 130.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 108.27 g; suma cukrów prostych: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 8.47 g; Sól: 1.91 g; WW: 10.15 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, marchewkowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.68 kcal; Białko ogółem: 105.7 g; Tłuszcz: 130.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.19 g; Węglowodany ogółem: 119.52 g; suma cukrów prostych: 9.61 g; Błonnik pokarmowy: 9.39 g; Sól: 1.91 g; WW: 11.2 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2606.79 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 85.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 354.3 g; suma cukrów prostych: 75.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 5.77 g; WW: 33.47 Por; Cholesterol: 349.24 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2271.34 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 87.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.3 g; Węglowodany ogółem: 271 g; suma cukrów prostych: 26.4 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sól: 6.67 g; WW: 24.5 Por; Cholesterol: 302.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1489.52 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 194 g; suma cukrów prostych: 25.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Sól: 4.32 g; WW: 16.87 Por; Cholesterol: 159.1 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2125.23 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; suma cukrów prostych: 23.65 g; Błonnik pokarmowy: 43.56 g; Sól: 6.46 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 199.55 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2122.49 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.78 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; suma cukrów prostych: 47.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; Sól: 4.46 g; WW: 29.98 Por; Cholesterol: 159.01 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g , sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , 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> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.34 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.71 g; Węglowodany ogółem: 289.91 g; suma cukrów prostych: 24.58 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Sól: 5.68 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 160.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA			
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), papryka konserwowa 100 g , wędlina 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),		
				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2352.94 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 95.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; suma cukrów prostych: 54.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 7.58 g; WW: 25.03 Por; Cholesterol: 233.81 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Atopowa			
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,		Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <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.: 1686.61 kcal; Białko ogółem: 70.5 g; Tłuszcz: 52.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 248.68 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Błonnik pokarmowy: 44.84 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.72 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,		chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 252.9 g; suma cukrów prostych: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.72 g; Sól: 2.93 g; WW: 23.96 Por; Cholesterol: 274.97 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA			
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , papryka konserwowa 100 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.79 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 91.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.3 g; Węglowodany ogółem: 250.81 g; suma cukrów prostych: 18.1 g; Błonnik pokarmowy: 17.9 g; Sól: 2.53 g; WW: 23.52 Por; Cholesterol: 159.01 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka konserwowa 100 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.32 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 88.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 211.52 g; suma cukrów prostych: 16.55 g; Błonnik pokarmowy: 15.72 g; Sól: 2.91 g; WW: 19.73 Por; Cholesterol: 229.49 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.54 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 71.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 255.98 g; suma cukrów prostych: 31.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.8 g; Sól: 7.4 g; WW: 21.51 Por; Cholesterol: 161.71 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.14 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 226.12 g; suma cukrów prostych: 28.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.5 g; Sól: 5.09 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 205.41 mg;

czwartek 2025-03-20			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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 240 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka konserwowa 100 g ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.41 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; suma cukrów prostych: 69.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; Sól: 5.7 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 197.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1991.07 kcal; Białko ogółem: 52.98 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 258.75 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 2.88 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 209.28 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 90 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</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 90 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 ,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080.05 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; suma cukrów prostych: 48.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; Sól: 8.82 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.84 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 47.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; suma cukrów prostych: 64.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Sól: 6.61 g; WW: 32.84 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1354.94 kcal; Białko ogółem: 38.89 g; Tłuszcz: 20.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 256.82 g; suma cukrów prostych: 9.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.66 g; Sól: .77 g; WW: 23.99 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			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> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami -ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem - ots 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SO2, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3316.96 kcal; Białko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 134.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.77 Por; Cholesterol: 629.64 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyni o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2411.95 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 358.72 g; suma cukrów prostych: 100.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 5.25 g; WW: 33.9 Por; Cholesterol: 212.92 mg;

czwartek 2025-03-20			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> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kalfior gotowany z olejem 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2950.41 kcal; Białko ogółem: 169.69 g; Tłuszcz: 145.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; suma cukrów prostych: 44.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 956.79 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), 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> ), 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> ), 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.: 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

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), 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> ), 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 ,		grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), 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.: 1297.16 kcal; Białko ogółem: 41.78 g; Tłuszcz: 19.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 239.65 g; suma cukrów prostych: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 12.52 g; Sól: 1.08 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

czwartek 2025-03-20			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;

czwartek 2025-03-20			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;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE,</u> ), chleb pszenny krojony 90 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 90 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.: 2380.24 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 300.18 g; suma cukrów prostych: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.3 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.23 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

czwartek 2025-03-20			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.: 1716.2 kcal; Białko ogółem: 58.03 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 234.38 g; suma cukrów prostych: 20.35 g; Błonnik pokarmowy: 14.32 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.23 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz.-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1555.18 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 41.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 243.99 g; suma cukrów prostych: 99.12 g; Błonnik pokarmowy: 48.85 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.96 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1091.03 kcal; Białko ogółem: 56.49 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 108.55 g; suma cukrów prostych: 10.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sól: 2.43 g; WW: 9.07 Por; Cholesterol: 120.58 mg;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g, miód 2 szt. 50 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2289.83 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 66.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; suma cukrów prostych: 66.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g; Sól: 5.01 g; WW: 29.53 Por; Cholesterol: 211.92 mg;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 240 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka konserwowa 100 g,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.41 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; suma cukrów prostych: 69.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; Sól: 5.7 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 197.8 mg;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), mandarynka 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1876.77 kcal; Białko ogółem: 48.35 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.8 g; Węglowodany ogółem: 294.12 g; suma cukrów prostych: 68.88 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g; Sól: 4.92 g; WW: 25.33 Por; Cholesterol: 18.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1780.66 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 228.37 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: 3.86 g; WW: 21.26 Por; Cholesterol: 195.95 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , wędlina wieprzowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2055.17 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 269 g; suma cukrów prostych: 55.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; Sól: 4.35 g; WW: 24.77 Por; Cholesterol: 210.85 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1745.49 kcal; Białko ogółem: 94.4 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 189.32 g; suma cukrów prostych: 46.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; Sól: 4.71 g; WW: 16.09 Por; Cholesterol: 495.68 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka konserwowa 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1975.37 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; suma cukrów prostych: 42.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.73 g; Sól: 7.85 g; WW: 22.71 Por; Cholesterol: 158.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2344.64 kcal; Białko ogółem: 112.96 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 317.13 g; suma cukrów prostych: 66.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sól: 5.15 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 211.92 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2240.97 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz: 73.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 284.85 g; suma cukrów prostych: 47.22 g; Błonnik pokarmowy: 46.73 g; Sól: 7.98 g; WW: 23.99 Por; Cholesterol: 211.57 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g, sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200g, mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1938.12 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.96 g; Węglowodany ogółem: 260.71 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.26 g; Sól: 5.45 g; WW: 22.03 Por; Cholesterol: 437.13 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40 g, sok owocowy 200ml 200g, mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.87 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 101.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 216.16 g; suma cukrów prostych: 43.39 g; Błonnik pokarmowy: 15.4 g; Sól: 2.46 g; WW: 20.26 Por; Cholesterol: 490.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2744.24 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 104.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 336.54 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 246.53 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: Ścisła 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: 0.9 g; Sól: 0.15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2025-03-20			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> ), marchewki słupki - gotowane ots 100 g, jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,		brokułowa z ziemniakami -ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml - ots 100 ml, ziemniaki gotowane 200 g, kalafior gotowany -ots 130 g,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,		
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), chrupki kukurydziane 30 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.95 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 251.04 g; suma cukrów prostych: 34.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; Sól: 7.07 g; WW: 21.98 Por; Cholesterol: 1113.81 mg;

czwartek 2025-03-20			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;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ),		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2744.24 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 104.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 336.54 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 246.53 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20			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> ), dyniowa z ziemniakami - dieta 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.: 2696 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 117.26 g; Kw.łł.nas.ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 314.09 g; suma cukrów prostych: 159.55 g; Błonnik pokarmowy: 19 g; Sól: 4.44 g; WW: 29.77 Por; Cholesterol: 769.09 mg;

czwartek 2025-03-20			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 20 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.57 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw.łł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 311.13 g; suma cukrów prostych: 65.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; Sól: 5 g; WW: 29.39 Por; Cholesterol: 211.92 mg;