

Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 w Szczecinie                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                   |
| czwartek 2025-09-11                      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                           |
| 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</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> ), wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2341.47 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.46 g; Sól: 7.92 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 207.31 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-09-11                      Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                           |
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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 , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g , wędlina 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2494.22 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 93.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 321.73 g; suma cukrów prostych: 76.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.93 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.44 Por; Cholesterol: 227.31 mg;

|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-09-11                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                              |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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 , Rukola 20 g , |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.43 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 85.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; suma cukrów prostych: 79.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; Sól: 8.04 g; WW: 26.86 Por; Cholesterol: 285.91 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-09-11                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                          |
| 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> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca 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> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2447.67 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.26 Por; Cholesterol: 284.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 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> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2524.42 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 89.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; Sól: 10.14 g; WW: 29 Por; Cholesterol: 227.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka 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> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | bulka 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> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2447.67 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.26 Por; Cholesterol: 284.11 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2404.58 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 319.65 g; suma cukrów prostych: 62.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 292.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1795.31 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 207.96 g; suma cukrów prostych: 63.36 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g; Sól: 5.41 g; WW: 19.33 Por; Cholesterol: 274.17 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 240.39 g; suma cukrów prostych: 67.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.5 g; Sól: 5.93 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 283.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2532.13 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 338.59 g; suma cukrów prostych: 81.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 303.51 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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,                                                                      |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                        | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2557.94 kcal; Białko ogółem: 128.68 g; Tłuszcz: 108.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 287.05 g; suma cukrów prostych: 42.64 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g; Sól: 8.21 g; WW: 24.58 Por; Cholesterol: 438.97 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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: sałata zielona 20 g,                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1937.57 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 251.92 g; suma cukrów prostych: 37.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; Sól: 7.47 g; WW: 21.57 Por; Cholesterol: 266.96 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                        | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,      |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.38 kcal; Białko ogółem: 95.2 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 209.11 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; Sól: 5.67 g; WW: 18.21 Por; Cholesterol: 534.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                        | <p>           pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>),         </p> | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,   |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.04 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 300.36 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.34 g; Sól: 7.62 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 544.89 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , | <p>           pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca 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>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,         </p> | 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.74 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; suma cukrów prostych: 39.63 g; Błonnik pokarmowy: 43.86 g; Sól: 8.03 g; WW: 24.07 Por; Cholesterol: 350.39 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | <p>           pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>),         </p> | 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 ,                                                                    |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                     | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2798.24 kcal; Białko ogółem: 140.75 g; Tłuszcz: 115.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.94 g; Węglowodany ogółem: 320.09 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Błonnik pokarmowy: 45.84 g; Sól: 8.49 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 458.97 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | <p>           pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>),         </p> | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 100g 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.02 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 52.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 281.72 g; suma cukrów prostych: 29.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; Sól: 10.28 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 156.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.39 kcal; Białko ogółem: 51.83 g; Tłuszcz: 88.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 300.13 g; suma cukrów prostych: 27.55 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; Sól: 6.45 g; WW: 28.21 Por; Cholesterol: 231.95 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: 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> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Mus z jabłek z/c 200 g ,                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.79 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; suma cukrów prostych: 118.83 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g; Sól: 9.86 g; WW: 30.37 Por; Cholesterol: 202.43 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2445.27 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 80.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 334.4 g; suma cukrów prostych: 83.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Sól: 9.64 g; WW: 31.47 Por; Cholesterol: 286.84 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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> ), wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2528.78 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 95.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 311.07 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 7.66 g; WW: 27.72 Por; Cholesterol: 227.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona       |                                                                                                                    |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , pomidorowa z makaronem - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                                    | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.43 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 131.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 123.4 g; suma cukrów prostych: 10.76 g; Błonnik pokarmowy: 6.87 g; Sól: 2.31 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Papkowata                     |                                                                                                                         |                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml , pomidorowa z makaronem - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ), |                                                                                                                         | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.83 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 131.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 134.65 g; suma cukrów prostych: 11.31 g; Błonnik pokarmowy: 7.79 g; Sól: 2.31 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1043.34 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), | <p>pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</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 wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2746.18 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; Sól: 10.1 g; WW: 32.53 Por; Cholesterol: 282.51 mg;

| czwartek 2025-09-11 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>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</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 wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516.53 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 98.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; suma cukrów prostych: 35.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 11 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 239.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, _</u>),</p> | <p>pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),</p> | <p>chleb razowy 90 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1790.68 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.9 g; Węglowodany ogółem: 195.87 g; suma cukrów prostych: 34.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; Sól: 5.75 g; WW: 16.85 Por; Cholesterol: 223.79 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),</p> | <p>pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g (<u>GLU, _</u>), sos cebulowy 100 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,</p> | <p>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 ,</p>                            |
|                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Paszтет z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, _</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.66 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 99.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 282.28 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.86 g; Sól: 8.05 g; WW: 24.05 Por; Cholesterol: 329.27 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.52 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 101.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.5 g; Węglowodany ogółem: 229.37 g; suma cukrów prostych: 45.16 g; Błonnik pokarmowy: 13.22 g; Sól: 3.96 g; WW: 21.73 Por; Cholesterol: 228 mg;

| czwartek 2025-09-11      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , dżem owocowy 50 g ,                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2208.4 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 108.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42 g; Węglowodany ogółem: 223.41 g; suma cukrów prostych: 38.26 g; Błonnik pokarmowy: 13.13 g; Sól: 2.41 g; WW: 21.1 Por; Cholesterol: 205.84 mg;

| czwartek 2025-09-11      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2356.03 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 115.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 228.78 g; suma cukrów prostych: 45.12 g; Błonnik pokarmowy: 13.13 g; Sól: 4.25 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 343.32 mg;

| czwartek 2025-09-11      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka konserwowa 100 g ,          |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), sałata zielona 8g 8 g , margaryna 5g 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2333.06 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.42 g; Węglowodany ogółem: 288.59 g; suma cukrów prostych: 38.06 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; Sól: 8.1 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 208.84 mg;





Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11                                                                                                                                                                                                         |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                                                                                              |  |  | pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , _), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |  |  | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.96 kcal; Białko ogółem: 94.3 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27 g; Węglowodany ogółem: 274.21 g; suma cukrów prostych: 51.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; Sól: 5.03 g; WW: 24.48 Por; Cholesterol: 747.05 mg;

| czwartek 2025-09-11                                                                                                                                          |  |  | 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:</u> <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , 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.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

| czwartek 2025-09-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb graham 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , _), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. ots 100 g , |  |  | barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g , sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> , _), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c ots 250 ml , herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> , <u>może zawierać:</u> <u>JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> , _), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2205.85 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; suma cukrów prostych: 70.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; Sól: 6.32 g; WW: 27.37 Por; Cholesterol: 272.47 mg;

| czwartek 2025-09-11                                                                                                                                                            |  |  | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 , |  |  | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca 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:</u> <u>GOR</u> , _), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , _), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , |
|                                                                                                                                                                                |  |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> , _), miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , _),                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2313.52 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 332.4 g; suma cukrów prostych: 64.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; Sól: 9.8 g; WW: 31.36 Por; Cholesterol: 251.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 120 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. ots 100 g , | barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g , sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek b/c ots 250 ml ,                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1874.75 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 88.75 g; Kw.łł.nas.ogółem: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 166.38 g; suma cukrów prostych: 24.91 g; Błonnik pokarmowy: 20.61 g; Sól: 7.51 g; WW: 14.51 Por; Cholesterol: 299.72 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu                |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | 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.łł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)                                                             |                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.łł.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 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>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.łł.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;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.łł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 238.36 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.42 g; Sól: 1.08 g; WW: 22.65 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                 |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                 |                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> 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.łł.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                                                       |                                                                                              |                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                          |
| II Śniadanie: 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.łł.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 2025-09-11 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-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , ), marchewka gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.77 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; suma cukrów prostych: 41.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; Sól: 3.82 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 227.79 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> , ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> , ), | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> , ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.02 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw.łł.nas.ogółem: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.7 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                | kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> , ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> , ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1003.84 kcal; Białko ogółem: 44.63 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw.łł.nas.ogółem: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 92.01 g; suma cukrów prostych: 21.14 g; Błonnik pokarmowy: 11.82 g; Sól: 1.86 g; WW: 8.07 Por; Cholesterol: 102.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2532.13 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 338.59 g; suma cukrów prostych: 81.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 303.51 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Szafranowe naleśniki 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.33 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; suma cukrów prostych: 75.17 g; Błonnik pokarmowy: 44.39 g; Sól: 6.67 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 284.78 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                             |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pomidor 100 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), kiwi 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 20 g, | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz warzywny 250 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 100 g,                                                                       |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.81 kcal; Białko ogółem: 57.43 g; Tłuszcz: 89.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; suma cukrów prostych: 100.78 g; Błonnik pokarmowy: 46.44 g; Sól: 4.87 g; WW: 30.33 Por; Cholesterol: 119.36 mg;

| czwartek 2025-09-11 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.53 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 264.01 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Sól: 5.73 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 274.17 mg;

| czwartek 2025-09-11 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowo-bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2307.99 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 82.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 294.5 g; suma cukrów prostych: 76.48 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g; Sól: 6.17 g; WW: 27.67 Por; Cholesterol: 283.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 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> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                         | pomidorowa z makaronem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,    |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.38 kcal; Białko ogółem: 95.2 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 209.11 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; Sól: 5.67 g; WW: 18.21 Por; Cholesterol: 534.35 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz warzywny 250 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka świeża 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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1986.35 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 75.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 252.44 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sól: 6.77 g; WW: 21.42 Por; Cholesterol: 466.02 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.2 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 85.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.6 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; suma cukrów prostych: 80.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g; Sól: 10.25 g; WW: 31.66 Por; Cholesterol: 292.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                            | Podwieczorek: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2508.04 kcal; Białko ogółem: 127.79 g; Tłuszcz: 94.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 48.78 g; Błonnik pokarmowy: 40.2 g; Sól: 10.63 g; WW: 25.52 Por; Cholesterol: 286.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                                           | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,       |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2256.55 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 78.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 304.99 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.34 g; Sól: 6.14 g; WW: 26.73 Por; Cholesterol: 435.9 mg;

| czwartek 2025-09-11 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> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,                        | pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka coleslaw 130 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,   |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2470.2 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 119.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 255.39 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 14.47 g; Sól: 3.53 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 518.18 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU, 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> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2524.42 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 89.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; Sól: 10.14 g; WW: 29 Por; Cholesterol: 227.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 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;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , jabłko pieczone ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), chleb graham 120 g ( <u>GLU</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g , sos pomidorowy - ots b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczko z kielbasą 300 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1645.75 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.4 g; Węglowodany ogółem: 192.83 g; suma cukrów prostych: 29.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.2 g; Sól: 4.27 g; WW: 17.38 Por; Cholesterol: 667.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-09-11 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 waniliowym 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.: 1153.65 kcal; Białko ogółem: 44.67 g; Tłuszcz: 35.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 169.66 g; suma cukrów prostych: 73.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g; Sól: 1.35 g; WW: 15.37 Por; Cholesterol: 168.32 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane 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> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>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> , ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , ),                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2524.42 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 89.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; Sól: 10.14 g; WW: 29 Por; Cholesterol: 227.31 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                          |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ), pomidorowa z makaronem - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                |                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2759.79 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 118.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.12 g; Węglowodany ogółem: 321.3 g; suma cukrów prostych: 163.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.6 g; Sól: 4.99 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 770.16 mg;

| czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), | pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , ),                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2484.08 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 319.65 g; suma cukrów prostych: 62.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 292.31 mg;