

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 w Szczecinie                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                  |
| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
| chleb mieszany psz.-żytny 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | serek do smarowania smakowy 80 g, chleb mieszany psz.-żytny 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.42 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 116.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.6 g; Węglowodany ogółem: 244.77 g; suma cukrów prostych: 31.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sól: 5.02 g; WW: 21.4 Por; Cholesterol: 732.81 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żytny 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żytny 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.77 kcal; Białko ogółem: 114.78 g; Tłuszcz: 120.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 257.01 g; suma cukrów prostych: 46.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; Sól: 4.79 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 752.81 mg;

|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-09-12 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: arbuz 200 g,                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.14 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 114.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 219.37 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Sól: 4.77 g; WW: 19.1 Por; Cholesterol: 734.01 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-09-12 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> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30g, | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), knedle ze śliwką 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: arbuz 200 g,                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.74 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sól: 7.04 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 618.74 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 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 do smarowania smakowy 80 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2583.62 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 117.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sól: 4.83 g; WW: 24.72 Por; Cholesterol: 764.81 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle ze śliwką 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2485.77 kcal; Białko ogółem: 87 g; Tłuszcz: 95.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 325.41 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sól: 7.31 g; WW: 30.22 Por; Cholesterol: 896.51 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2310.67 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 83.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; suma cukrów prostych: 44.66 g; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; Sól: 5.47 g; WW: 25.92 Por; Cholesterol: 805.58 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1783.29 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 76.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.85 g; Węglowodany ogółem: 194.6 g; suma cukrów prostych: 53.46 g; Błonnik pokarmowy: 13.22 g; Sól: 5.7 g; WW: 18.28 Por; Cholesterol: 826.74 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2256.93 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 91.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.37 g; Węglowodany ogółem: 254.92 g; suma cukrów prostych: 64.71 g; Błonnik pokarmowy: 14.27 g; Sól: 5.83 g; WW: 24.18 Por; Cholesterol: 907.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: arbuz 200 g,                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2771.43 kcal; Białko ogółem: 124.7 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; Sól: 7.47 g; WW: 33.4 Por; Cholesterol: 927.26 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                 | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek kiszony 50 g,                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2245.96 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 98.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.13 g; Węglowodany ogółem: 258.91 g; suma cukrów prostych: 44.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g; Sól: 8.8 g; WW: 22.42 Por; Cholesterol: 778.03 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.42 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; suma cukrów prostych: 23.25 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; Sól: 4.72 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 707.85 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g,                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2156.75 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 104.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 225.97 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sól: 5.09 g; WW: 19.76 Por; Cholesterol: 777.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g ,                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2433.95 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 106.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; suma cukrów prostych: 59.3 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; Sól: 6.61 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 778.73 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.46 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; suma cukrów prostych: 33.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sól: 6.43 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 190.6 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                       | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2704.39 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 109.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; suma cukrów prostych: 57.76 g; Błonnik pokarmowy: 44.22 g; Sól: 9.08 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 798.03 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; suma cukrów prostych: 19.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; Sól: 5.4 g; WW: 25.72 Por; Cholesterol: 105.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.83 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 298.2 g; suma cukrów prostych: 24.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.31 g; Sól: 3.81 g; WW: 28.22 Por; Cholesterol: 450.35 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.77 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 46.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; suma cukrów prostych: 71.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; Sól: 8.5 g; WW: 33.15 Por; Cholesterol: 92.75 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.76 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; Sól: 7.24 g; WW: 31.43 Por; Cholesterol: 112.75 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2471.25 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 120.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.4 g; Węglowodany ogółem: 246.86 g; suma cukrów prostych: 42.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.4 g; Sól: 4.84 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 752.81 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona         |                                                                                                        |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zacierkowa - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, JAJ, 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.: 2039.52 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 129.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 112.99 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.72 g; WW: 10.94 Por; Cholesterol: 1037.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Papkowata                                         |                                                                                                                                     |                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, ),</p>                   | <p>papkowata - obiad 650 ml , zacierkowa - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,),</p> | <p>papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, ),</p>                      |
| <p>II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, ),</p> |                                                                                                                                     | <p>Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, ),</p> |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.92 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 129.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 124.24 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.72 g; WW: 11.99 Por; Cholesterol: 1035.69 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>, ), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>, ), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>, ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, ), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, ),</p> | <p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>, ), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>, ), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>, ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g (<u>MLE</u>, ),</p>                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2481.97 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 332.69 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; Sól: 4.79 g; WW: 31.7 Por; Cholesterol: 204.33 mg;

| piątek 2025-09-12 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>, ), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>, ), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>, ), Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, ), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>, ), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>, ), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>, ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>, ),</p>                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>, ),</p>                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2351.63 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; suma cukrów prostych: 35.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Sól: 7.27 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 181.33 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>, ), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>, ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, ), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), surówka wielowarzywna 130 g (<u>SEL</u>, ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>, ), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>, ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>, ),</p>                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>, ), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>, ), ogórek kiszony 100 g ,</p>                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1835.52 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 204.02 g; suma cukrów prostych: 23.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; Sól: 6.15 g; WW: 17.61 Por; Cholesterol: 442.28 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>, ), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>, ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, ), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), surówka wielowarzywna 150 g (<u>SEL</u>, ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>, ), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>, ), sałata zielona 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>, ), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>, ), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>, ), ogórek kiszony 100 g ,</p>                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2372.59 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 102.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.7 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; suma cukrów prostych: 29 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g; Sól: 7.18 g; WW: 23.99 Por; Cholesterol: 766.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.96 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; suma cukrów prostych: 44.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; Sól: 7.22 g; WW: 28.05 Por; Cholesterol: 569.44 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 10 g , ogórek kiszony 50 g ,                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1960.35 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.83 g; Węglowodany ogółem: 238.77 g; suma cukrów prostych: 19.16 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; Sól: 5.34 g; WW: 20.36 Por; Cholesterol: 557.05 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g ,                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.2 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 264.31 g; suma cukrów prostych: 25.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.61 g; Sól: 5.54 g; WW: 22.72 Por; Cholesterol: 191.56 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłek z/c 200 ml ,                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1813.9 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 254.13 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 1.99 g; WW: 21.88 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.8 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 117.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 209.15 g; suma cukrów prostych: 14.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.34 g; Sól: 3.14 g; WW: 19.46 Por; Cholesterol: 767.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ. RYB.</b> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL.</b> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta z soczewicy 100 g ( <b>SEL.</b> ), ogórek kiszony 50 g ,    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2150.17 kcal; Białko ogółem: 106.4 g; Tłuszcz: 99.74 g; Kw.łł.nas.ogółem: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 226.7 g; suma cukrów prostych: 31.15 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 2.41 g; WW: 21.17 Por; Cholesterol: 569.44 mg;

| piątek 2025-09-12      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ. RYB.</b> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE.</b> ),                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ), pasta z soczewicy 100 g ( <b>SEL.</b> ), ogórek kiszony 50 g ,                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2327.53 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 121.7 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.4 g; Węglowodany ogółem: 218.98 g; suma cukrów prostych: 20.92 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; Sól: 2.76 g; WW: 20.52 Por; Cholesterol: 744.42 mg;

| piątek 2025-09-12      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <b>GLU. JAJ. RYB.</b> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny 90 g ( <b>GLU. JAJ. RYB.</b> ), | chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL.</b> ),                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 5g 5 g , pasta z soczewicy 100 g ( <b>SEL.</b> ), ogórek kiszony 50 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2252.1 kcal; Białko ogółem: 127.71 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw.łł.nas.ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; suma cukrów prostych: 32.82 g; Błonnik pokarmowy: 42.33 g; Sól: 8.73 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 586.03 mg;

| piątek 2025-09-12      Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ. RYB.</b> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <b>JAJ. RYB.</b> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL.</b> ),                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta z soczewicy 100 g ( <b>SEL.</b> ), ogórek kiszony 50 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2238.3 kcal; Białko ogółem: 126.13 g; Tłuszcz: 102.97 g; Kw.łł.nas.ogółem: 43.8 g; Węglowodany ogółem: 223.03 g; suma cukrów prostych: 23.96 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; Sól: 4.85 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 583.33 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), gruszka 150 g ,                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.06 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.5 g; Węglowodany ogółem: 279.44 g; suma cukrów prostych: 44.44 g; Błonnik pokarmowy: 43.81 g; Sól: 4.84 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 705.46 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), |
|                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.69 kcal; Białko ogółem: 48.11 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 269.03 g; suma cukrów prostych: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 10.12 g; Sól: 1.16 g; WW: 26 Por; Cholesterol: 425.55 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                           |
| <b>II Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,  |                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.69 kcal; Białko ogółem: 92.7 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 226.37 g; suma cukrów prostych: 31.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.9 g; Sól: 4.97 g; WW: 20.56 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                                                             | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.56 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 250.69 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sól: 7.51 g; WW: 22.26 Por; Cholesterol: 719.56 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)                                         |                                                                                                           |                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.tł.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;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                           |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, </u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, </u> ),                                                                                              |                                                                                                                                               | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                                     |

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

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                               |                                                                    |                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, </u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, </u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, </u> ),                                                          |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),                                                      |                                                                    | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE, </u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ), |

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

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE, </u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, </u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, </u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR, </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, </u> ), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, </u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, </u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ, </u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ, </u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.67 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , waffle 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 , | waffle 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;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1851.24 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw.łł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; suma cukrów prostych: 98.1 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 4.49 g; WW: 21.34 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | ziemniaki gotowane 250 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 747.36 kcal; Białko ogółem: 53.93 g; Tłuszcz: 28.99 g; Kw.łł.nas.ogółem: 3.28 g; Węglowodany ogółem: 73.88 g; suma cukrów prostych: 12.17 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: .9 g; WW: 6.28 Por; Cholesterol: 25.88 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw.łł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 272.85 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; Sól: 5.55 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 805.58 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: gruszka 150 g , serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.61 kcal; Białko ogółem: 77.2 g; Tłuszcz: 97.91 g; Kw.łł.nas.ogółem: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; suma cukrów prostych: 43.81 g; Błonnik pokarmowy: 43.81 g; Sól: 3.79 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 148.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, arbuz 200 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g, sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.57 kcal; Białko ogółem: 53.08 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; suma cukrów prostych: 57.92 g; Błonnik pokarmowy: 46.1 g; Sól: 6.15 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle ze śliwką 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g,                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1950.05 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 240.45 g; suma cukrów prostych: 56.4 g; Błonnik pokarmowy: 16.46 g; Sól: 6.34 g; WW: 22.56 Por; Cholesterol: 821.07 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle ze śliwką 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g,                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.17 kcal; Białko ogółem: 82.8 g; Tłuszcz: 94.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; suma cukrów prostych: 68.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 6.55 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 895.91 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g,                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2004.67 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 198.8 g; suma cukrów prostych: 53.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.7 g; Sól: 4.91 g; WW: 17.26 Por; Cholesterol: 764.59 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.48 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 90.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.8 g; Węglowodany ogółem: 284.21 g; suma cukrów prostych: 45.16 g; Błonnik pokarmowy: 45.01 g; Sól: 5.25 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 730.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, szpinak gotowany - dieta 130 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2504.7 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sól: 5.8 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 817.58 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 130 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                              | Podwieczorek: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.54 kcal; Białko ogółem: 131.6 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; suma cukrów prostych: 60.96 g; Błonnik pokarmowy: 40.25 g; Sól: 8.48 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 765.73 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                                |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,                     |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2075.01 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.22 g; Węglowodany ogółem: 266.97 g; suma cukrów prostych: 52.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; Sól: 6.74 g; WW: 23.07 Por; Cholesterol: 624.64 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,                         |                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g,                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2356.79 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 127.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.16 g; Węglowodany ogółem: 219.13 g; suma cukrów prostych: 46.4 g; Błonnik pokarmowy: 12.97 g; Sól: 2.53 g; WW: 20.75 Por; Cholesterol: 744.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 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 do smarowania smakowy 80 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2583.62 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 117.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sól: 4.83 g; WW: 24.72 Por; Cholesterol: 764.81 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                 | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | jarzynowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml , ziemniaki gotowane 200 g , Szynka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g , sos meksykański ots 150 ml , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml ,                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1189.28 kcal; Białko ogółem: 33.57 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 168.93 g; suma cukrów prostych: 22.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; Sól: 5.14 g; WW: 14.58 Por; Cholesterol: 124.36 mg;

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS                                             |                                                                                                                                                                  |                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , budyń o smaku śmietankowym z/c - OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),                             |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,                                                       |                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 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 do smarowania smakowy 80 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2583.62 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 117.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sól: 4.83 g; WW: 24.72 Por; Cholesterol: 764.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-09-12Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>  </u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>  </u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>  </u> ), zacierkowa - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>  </u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>  </u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>  </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> , <u>  </u> ),                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2706.08 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 116.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; suma cukrów prostych: 156.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; Sól: 4.4 g; WW: 30.08 Por; Cholesterol: 762.51 mg;

| piątek 2025-09-12Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>  </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>  </u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>  </u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>  </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>  </u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>  </u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>  </u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>  </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ),                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: serek homogeiznowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>  </u> ),                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2400.67 kcal; Białko ogółem: 130.44 g; Tłuszcz: 86.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 282.18 g; suma cukrów prostych: 50.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; Sól: 5.71 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 817.58 mg;