

Kolacja - Posiłek nocny

Jadłospis dla diety: Podstawowa

salata zielona 8g 8g , chleb mieszany psz.-żyt. 60g (GLU.),
chleb razowy 60g (GLU.), masło 82% tł. 16.67g (MLE.), serek
wiejski 200g (MLE.), ogórek świeży 100g , Herbata czarna b/c
400 ml ,

Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL ,).

Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego

chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (GLU.), chleb razowy 60 g (GLU.), masło 82% tł. 16.67 g (MLE.), serek wiejski 200 g (MLE.), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g.

Posiłek nocny: kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sok wielowarzywny 300 ml (**SEL.**).

Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji

chleb razowy 120 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE),
serek wiejski 200 g (MLE), ogórek świeży 100 g , Herbata
czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g .

Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),

Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)

salata zielona 8g 8 g , bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (GLU),
chleb razowy 30 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), serek
wiejski 200 g (MLE), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c
400 ml ,

Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,

Wydrukował: mw. Data i godzina wydruku: 03.10.2025 08:48:02

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1961.57 kcal; Białko ogółem: 49.1 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 266.54 g; suma cukrów prostych: 26.8 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g; Sól: 3.52 g; WW: 25.08 Por; Cholesterol: 154.89 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2214.1 kcal; Białko ogółem: 127.61 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; suma cukrów prostych: 90.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Sól: 8.9 g; WW: 29.54 Por; Cholesterol: 818.22 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2348.97 kcal; Białko ogółem: 124.23 g; Tłuszcz: 86.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 276.97 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; Sól: 9.27 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 863.9 mg;

piątek 2025-10-03 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	salata zielona 8g 8 g , chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2559.6 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 110.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.7 g; Węglowodany ogółem: 288.5 g; suma cukrów prostych: 67.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.96 g; Sól: 9.57 g; WW: 25.58 Por; Cholesterol: 781.58 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , marchewkowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2016.28 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 130.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 108.27 g; suma cukrów prostych: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 8.47 g; Sól: 1.91 g; WW: 10.15 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 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>), pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>),	salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2119.74 kcal; Białko ogółem: 122.2 g; Tłuszcz: 107.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 176.06 g; suma cukrów prostych: 22.27 g; Błonnik pokarmowy: 12.27 g; Sól: 3.39 g; WW: 16.6 Por; Cholesterol: 709.58 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>),	salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1987.56 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 97.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 186.95 g; suma cukrów prostych: 28.01 g; Błonnik pokarmowy: 15.87 g; Sól: 3.91 g; WW: 17.32 Por; Cholesterol: 572.1 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2049.09 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 106.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 176.83 g; suma cukrów prostych: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 9.69 g; Sól: 3.27 g; WW: 16.9 Por; Cholesterol: 705.03 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	salata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2082.93 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.7 g; Węglowodany ogółem: 244.2 g; suma cukrów prostych: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; Sól: 8.05 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 1113.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 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 (JAJ), pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (RYB), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z kiszonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ryba gotowana 100 g (RYB),	sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g , filet drobiowy gotowany 90 g (SEL, może zawierać: GOR),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2033.95 kcal; Białko ogółem: 130.51 g; Tłuszcz: 99.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.89 g; Węglowodany ogółem: 178.24 g; suma cukrów prostych: 24.49 g; Błonnik pokarmowy: 13.2 g; Sól: 3.98 g; WW: 16.71 Por; Cholesterol: 607.75 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU), chleb razowy 60 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE), sałata zielona 8g 8 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR), Naleśniki z serem 240 g (GLU, JAJ, MLE), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (MLE), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU), chleb razowy 60 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), serek wiejski 200 g (MLE), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.03 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; suma cukrów prostych: 76.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.5 Por; Cholesterol: 745.25 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (SEL), Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 50 g (GLU, JAJ, RYB), sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), szpinak gotowany - dieta 130 g (GLU), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE), twaróg krajanka 50g 50 g (MLE), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1760.44 kcal; Białko ogółem: 48.07 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 246.1 g; suma cukrów prostych: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.83 g; Sól: 3.44 g; WW: 23.06 Por; Cholesterol: 130.09 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (JAJ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (GLU), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (MLE), jogurt naturalny b/l 1 szt (MLE), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (SEL), 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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03Jadłospis 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 , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

piątek 2025-10-03Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2025-10-03Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
placki bananowe ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dżem 2 szt. ots 50 g , jogurt naturalny 1szt. ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki jęczmienne na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko ots 200 g , gulasz segetyński ots 250 g (<u>GLU</u>), kapusta biała zasmażana ots 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. - ots 50 g , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3216.61 kcal; Białko ogółem: 134.31 g; Tłuszcz: 124.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 399.68 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Sól: 8.77 g; WW: 36.64 Por; Cholesterol: 967.96 mg;

piątek 2025-10-03Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos pietruszkowy 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>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2002.46 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 259.97 g; suma cukrów prostych: 40.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 6.07 g; WW: 24.32 Por; Cholesterol: 427.53 mg;

piątek 2025-10-03Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry -ots 100 g , płatki jęczmienne na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko ots 200 g , gulasz segetyński ots 250 g (<u>GLU</u>), kapusta biała zasmażana ots 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g , serek wiejski -ots 200 g (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3161.41 kcal; Białko ogółem: 157.35 g; Tłuszcz: 143.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; suma cukrów prostych: 58.44 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.75 Por; Cholesterol: 770.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (MLE), chleb pszenny krojony 90 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), 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 (SEL , może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (GLU), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), jajko gotowane 50 g (JAJ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (OZI, ORZ), 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;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g (GLU), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.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 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (MLE), twarożek 100 g (MLE), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g (GLU),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (GLU), 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 (GLU, SEL, może zawierać: GOR), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1851.24 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw.tł.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 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR), surówka z kiszzonej kap. 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 780.67 kcal; Białko ogółem: 32.41 g; Tłuszcz: 36.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.11 g; Węglowodany ogółem: 86 g; suma cukrów prostych: 15.14 g; Błonnik pokarmowy: 13.19 g; Sól: 1.23 g; WW: 7.37 Por; Cholesterol: 68.15 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (MLE), chleb pszenny krojony 120 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (JAJ, MLE), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (RYB), sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), szpinak gotowany - dieta 130 g (GLU), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), serek wiejski 200 g (MLE), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (MLE),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2311.31 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.6 g; Węglowodany ogółem: 275.2 g; suma cukrów prostych: 63.3 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; Sól: 9.12 g; WW: 25.63 Por; Cholesterol: 734.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), jabłko 150 g,	marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), naleśniki ze szpinakiem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z pomidorów 150 g,	sałata zielona 8g 8g, chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2215.21 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Błonnik pokarmowy: 45.45 g; Sól: 9.03 g; WW: 24.29 Por; Cholesterol: 850.71 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 115 g (<u>SEZ</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kiszonej kap. 130 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2187.62 kcal; Białko ogółem: 51.31 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 311.2 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; Błonnik pokarmowy: 52.27 g; Sól: 8.04 g; WW: 26.19 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet z ryby 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2053.59 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 100.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 191.19 g; suma cukrów prostych: 55.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g; Sól: 8.01 g; WW: 16.86 Por; Cholesterol: 749.5 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2172.97 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 101.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 213.92 g; suma cukrów prostych: 58.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g; Sól: 8.24 g; WW: 18.9 Por; Cholesterol: 758.58 mg;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	barszcz biały z ziemniakami 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet z ryby 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszonej kap. 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2065.92 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 100.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 202.32 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g; Sól: 6.37 g; WW: 16.9 Por; Cholesterol: 772.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	barszcz biały z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	salata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 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. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2251.47 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 88.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 284.13 g; suma cukrów prostych: 55.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.8 g; Sól: 10.06 g; WW: 24.76 Por; Cholesterol: 706.33 mg;

piątek 2025-10-03 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>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2413.52 kcal; Białko ogółem: 125.15 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.1 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 9.24 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 735.41 mg;

piątek 2025-10-03 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>), Herbata czarna b/c 400 ml , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>),	barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 100 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2328.09 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 266.57 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; Sól: 9.28 g; WW: 23.46 Por; Cholesterol: 733.61 mg;

piątek 2025-10-03 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>), pomidor 100 g , 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>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml ,	salata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , salata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1985.86 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.11 g; Węglowodany ogółem: 259.56 g; suma cukrów prostych: 60.49 g; Błonnik pokarmowy: 45.91 g; Sól: 5.53 g; WW: 21.59 Por; Cholesterol: 624.64 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2269.31 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 272.2 g; suma cukrów prostych: 61.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Sól: 9.18 g; WW: 25.33 Por; Cholesterol: 737.01 mg;