

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                      |
| <b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</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> ), kielbasa biała 120 g, roszponka 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, musztarda 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2555.24 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 114.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; suma cukrów prostych: 47.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; Sól: 6.12 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 220.78 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 250 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2880.93 kcal; Białko ogółem: 99.81 g; Tłuszcz: 121.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 365.51 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Błonnik pokarmowy: 41.7 g; Sól: 6.43 g; WW: 32.6 Por; Cholesterol: 240.78 mg;

|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2312.76 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; suma cukrów prostych: 51.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; Sól: 5.09 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 312.38 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2424.97 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; suma cukrów prostych: 85.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; Sól: 5.57 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 442.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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, marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, musztarda 20 g, |                                                              |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                |                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2898.09 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 125.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; suma cukrów prostych: 58.07 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g; Sól: 6.86 g; WW: 31.16 Por; Cholesterol: 238.7 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |                                                          |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: banan 200 g,                                                                                                                                                                |                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.8 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Sól: 4.25 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 379.58 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                             | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                                               |                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2688.87 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 100.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 6.68 g; WW: 33.15 Por; Cholesterol: 390.35 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 100 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |                                                      |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                                |                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2031.77 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 233.58 g; suma cukrów prostych: 76.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; Sól: 4.95 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 430.27 mg;



Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                         |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml ,                   |  | szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza<br>jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ),<br>surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek<br>i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml<br>( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g<br>, kiwi 100 g , ogórek świeży 100 g , |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.14 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 256.34 g; suma cukrów prostych: 55.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.24 g; Sól: 4.24 g; WW: 22.51 Por; Cholesterol: 536.58 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                             |  | 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> ),<br>wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml ,                      |  | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza<br>jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ),<br>surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek<br>i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml<br>( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), sok owocowy 200ml 200 g<br>, kiwi 100 g , ogórek świeży 100 g , |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2520.98 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; suma cukrów prostych: 60.1 g; Błonnik pokarmowy: 44.22 g; Sól: 5.87 g; WW: 29.5 Por; Cholesterol: 546.86 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 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 wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU.</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ), pomidor 100 g ,      |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2391.83 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 320.68 g; suma cukrów prostych: 30.9 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.25 Por; Cholesterol: 189.6 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                         |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                           |  | Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                           |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                        |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2873.07 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 102.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 371.32 g; suma cukrów prostych: 45.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.94 g; Sól: 5.39 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 267.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.83 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 272.34 g; suma cukrów prostych: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; Sól: 7.77 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 147.22 mg;

| sobota 2025-10-04 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 , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2513.29 kcal; Białko ogółem: 56.06 g; Tłuszcz: 99.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 348.36 g; suma cukrów prostych: 33.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; Sól: 6.87 g; WW: 32.33 Por; Cholesterol: 255.01 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2198.59 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; suma cukrów prostych: 77.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g; Sól: 7.24 g; WW: 30.8 Por; Cholesterol: 147.62 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2495.18 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; Sól: 7.56 g; WW: 33.85 Por; Cholesterol: 229.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2762.44 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 107.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 344.44 g; suma cukrów prostych: 61.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; Sól: 7.19 g; WW: 30.85 Por; Cholesterol: 331.18 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                         |                                                                                                                                      |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                                                      | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 130.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 123.71 g; suma cukrów prostych: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 7.63 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Papkowata                                    |                                                                                                                                                   |                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta papkowata 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 130.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 134.96 g; suma cukrów prostych: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2521.41 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 344.17 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; Sól: 7.98 g; WW: 32.09 Por; Cholesterol: 226.7 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.75 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 293 g; suma cukrów prostych: 25.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; Sól: 7.88 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 262.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1841.18 kcal; Białko ogółem: 95.2 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 239.96 g; suma cukrów prostych: 30.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; Sól: 4.5 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 244.32 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2497.61 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; suma cukrów prostych: 38.33 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; Sól: 4.88 g; WW: 29.22 Por; Cholesterol: 234.68 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , | szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 100g 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , |
| II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posilek nocny: miód 2 szt. 50 g , Bułka maślana bezglutenowa 1 szt. 1 szt , margaryna 10 g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2304.58 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: Bułka maślana bezglutenowa 1 szt. 1 szt , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.99 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.79 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; suma cukrów prostych: 21.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.01 g; Sól: 4.19 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 120.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU.</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/jaj 90 g ( <u>GLU.</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.08 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 307.7 g; suma cukrów prostych: 47 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; Sól: 4.72 g; WW: 27.32 Por; Cholesterol: 261.18 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                           |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE.</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                         |                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU.</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1681.04 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 247.39 g; suma cukrów prostych: 91.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.74 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.6 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ.</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ), Bułka maślana bezglutenowa 1 szt. 1 szt , miód 2 szt. 50 g ,                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.71 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 109.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 236.01 g; suma cukrów prostych: 19.11 g; Błonnik pokarmowy: 13.21 g; Sól: .72 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 216.63 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ.</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ), |
|                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Bułka maślana bezglutenowa 1 szt. 1 szt , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2320.59 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 103.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.57 g; Węglowodany ogółem: 266.17 g; suma cukrów prostych: 16.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; Sól: 1.31 g; WW: 25.15 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.06 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 109.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.5 g; Węglowodany ogółem: 210.97 g; suma cukrów prostych: 19.73 g; Błonnik pokarmowy: 13.68 g; Sól: .92 g; WW: 19.9 Por; Cholesterol: 229.03 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,           |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2361.52 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.39 g; Węglowodany ogółem: 308.9 g; suma cukrów prostych: 31.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.31 g; Sól: 6.14 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 121.87 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , pasta z wędliny drob. 100 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                   |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.41 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 107.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.01 g; Węglowodany ogółem: 222.1 g; suma cukrów prostych: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; Sól: 2.77 g; WW: 20.38 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

| sobota 2025-10-04 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z rzodkwi 130 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.71 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 319 g; suma cukrów prostych: 48.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sól: 5.35 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 320.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Kotlekt z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2271.69 kcal; Białko ogółem: 50.41 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; Sól: 6.87 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 230.21 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 240.07 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; Sól: 7.93 g; WW: 20.38 Por; Cholesterol: 784.14 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.82 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.44 g; WW: 27.78 Por; Cholesterol: 258.82 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 1szt ots 25 g ,                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2840.79 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 114.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 338.65 g; suma cukrów prostych: 46.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; Sól: 9.32 g; WW: 30.8 Por; Cholesterol: 379.48 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.49 kcal; Białko ogółem: 95.5 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.2 g; Węglowodany ogółem: 330.64 g; suma cukrów prostych: 55.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.83 Por; Cholesterol: 205.5 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana - ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), gołąbki zawijane z kapustą - ots 240 g , sos pomidorowy -ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), brokuły gotowane z tłuszczem ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g ( <u>SEL</u> ),                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2945.09 kcal; Białko ogółem: 140.97 g; Tłuszcz: 129.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 388.93 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu                               |                                                                                              |                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 940.8 kcal; Białko ogółem: 55.31 g; Tłuszcz: 37.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.6 g; Węglowodany ogółem: 98.95 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.38 g; WW: 9.49 Por; Cholesterol: 158.4 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)                                                               |                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.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;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                  |  |  | Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  |  | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , |
|                                                                                                                                                                    |  |  | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                              |

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

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                             |  |  | 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.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.łł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                               |  |  | 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: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE,</u> ),                                                                |  |  | Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE,</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 894.04 kcal; Białko ogółem: 61.58 g; Tłuszcz: 29 g; Kw.łł.nas.ogółem: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 103.4 g; suma cukrów prostych: 46.6 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.09 g; WW: 9.59 Por; Cholesterol: 131.6 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE,</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |  |  | grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU,</u> ), marchewka gotowana 150 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                  |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                   |  |  | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.24 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 272.71 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 3.83 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 227.79 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                           |  |  | Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |  |  | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU,</u> ), brokuł gotowany 100 g , |
|                                                                                                                             |  |  | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,                                                          |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |  |  | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04 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.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 150 g ( <u>MLE</u> ), szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1114.39 kcal; Białko ogółem: 51.08 g; Tłuszcz: 35.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.88 g; Węglowodany ogółem: 151.58 g; suma cukrów prostych: 13.78 g; Błonnik pokarmowy: 13.66 g; Sól: 1.7 g; WW: 13.91 Por; Cholesterol: 228.14 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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 , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2554.2 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; suma cukrów prostych: 52.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 5.36 g; WW: 32.26 Por; Cholesterol: 327.9 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.72 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g; Sól: 5.32 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 304.02 mg;

| sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), spaghetti z tofu 300 g ( <u>GLU, SOJ, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: banan 200 g , sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2331.2 kcal; Białko ogółem: 59.32 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; suma cukrów prostych: 90.21 g; Błonnik pokarmowy: 46.87 g; Sól: 6.63 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 1.2 mg;



Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |                                                  | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                  | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                                                        |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2816.22 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 106.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 360.97 g; suma cukrów prostych: 55.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sól: 9.73 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 390.35 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGŁOW |                                                                                                                                                                          |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |                                                                 | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                       |  | Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , wędlina 30g 30 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),                                                       |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2854.59 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 111.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.99 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; suma cukrów prostych: 41.86 g; Błonnik pokarmowy: 46.37 g; Sól: 10.09 g; WW: 29.87 Por; Cholesterol: 299.4 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca |                                                                                                                                                                           |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,      |  | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , |                                                                  | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , ogórek świeży 100 g , |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g ,                                                                      |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2387.31 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.79 g; Węglowodany ogółem: 317.06 g; suma cukrów prostych: 54.05 g; Błonnik pokarmowy: 46.35 g; Sól: 5.82 g; WW: 27.32 Por; Cholesterol: 452.45 mg;

| sobota 2025-10-04                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca |                                                                                                                                                          |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,                  |  | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z rzodkwi 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , |                                                                                             | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , ogórek świeży 100 g , |  |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                             | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),                                |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.83 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 110.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 223.09 g; suma cukrów prostych: 47.86 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g; Sól: 1.69 g; WW: 20.98 Por; Cholesterol: 540.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2795.69 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 111.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.2 g; Węglowodany ogółem: 348.91 g; suma cukrów prostych: 59.75 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g; Sól: 7.65 g; WW: 30.96 Por; Cholesterol: 329.1 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis 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;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), | zupa neapolitańska ots b/mleka 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g ( <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy ots b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g ,                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.96 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 302.29 g; suma cukrów prostych: 42.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; Sól: 5.47 g; WW: 27.31 Por; Cholesterol: 263.35 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                       |                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),   | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | 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.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2795.69 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 111.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.2 g; Węglowodany ogółem: 348.91 g; suma cukrów prostych: 59.75 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g; Sól: 7.65 g; WW: 30.96 Por; Cholesterol: 329.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                           |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml (JAJ, MLE, SEL, ), ryż na mleku 300 g (MLE, ), Herbata czarna b/c 400 ml , | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml (SEL, ), szpinakowa z ziemniakami - dieta papkowata 400 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, ), | papkowata - kolacja 350 ml (MLE, SEL, ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (MLE, ), biszkopty 50 g (GLU, JAJ, ), 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 (MLE, ),                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2734.87 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 117.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; suma cukrów prostych: 159.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Sól: 4.47 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 769.63 mg;

| sobota 2025-10-04Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g (GLU, JAJ, MLE, ), chleb pszenny krojony 120 g (GLU, ), masło 82% tł. 16.67 g (MLE, ), serek do smarowania 80 g (MLE, ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE, ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, ), kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (GLU, JAJ, ), sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, ), seler gotowany 130 g (SEL, ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (GLU, ), masło 82% tł. 16.67 g (MLE, ), parówka 2 szt (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (SEL, ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (MLE, ),                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2768.37 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 103.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 6.68 g; WW: 33.15 Por; Cholesterol: 390.35 mg;