

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 SZCZECIN		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2253.31 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 296.3 g; suma cukrów prostych: 46.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; Sól: 10.63 g; WW: 26.15 Por; Cholesterol: 343.19 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.86 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 80 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 306.13 g; suma cukrów prostych: 62.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; Sól: 10.4 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 363.19 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2257.61 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 73.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; Sól: 10.43 g; WW: 27.12 Por; Cholesterol: 344.39 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2393.69 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 86.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; suma cukrów prostych: 91.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; Sól: 7.05 g; WW: 27.93 Por; Cholesterol: 360.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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</u> : <u>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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2616.77 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; suma cukrów prostych: 88.9 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; Sól: 10.44 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 363.19 mg;

sobota 2025-10-11 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>), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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</u> : <u>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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2354.02 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; Sól: 5.72 g; WW: 30.74 Por; Cholesterol: 298.37 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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</u> : <u>GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2437.22 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.56 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; suma cukrów prostych: 51.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g; Sól: 7.99 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 371.22 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</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>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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</u> : <u>GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1982.74 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 239.35 g; suma cukrów prostych: 87.42 g; Błonnik pokarmowy: 14.14 g; Sól: 5.48 g; WW: 22.62 Por; Cholesterol: 320.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2246.69 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 268.06 g; suma cukrów prostych: 89.3 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Sól: 6.3 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 360.22 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2753.39 kcal; Białko ogółem: 129.1 g; Tłuszcz: 92.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; suma cukrów prostych: 102.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g; Sól: 7.94 g; WW: 34.28 Por; Cholesterol: 380.22 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2239.47 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 84.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.3 g; Węglowodany ogółem: 270.42 g; suma cukrów prostych: 38.79 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 8.54 g; WW: 23.17 Por; Cholesterol: 299.72 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: rzodkiewka 40 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g, pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1827.73 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 246.18 g; suma cukrów prostych: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; Sól: 7.92 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 229.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.28 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 97.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.01 g; Węglowodany ogółem: 239.99 g; suma cukrów prostych: 54.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; Sól: 8.3 g; WW: 20.94 Por; Cholesterol: 610.9 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2479.28 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 99.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; suma cukrów prostych: 57.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.01 g; Sól: 9.57 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 611.9 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2162.93 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 74.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 284.24 g; suma cukrów prostych: 39.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 8.63 g; WW: 24.19 Por; Cholesterol: 266.64 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2436.57 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; suma cukrów prostych: 51.06 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 8.82 g; WW: 25.9 Por; Cholesterol: 319.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2059.8 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 45.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 317.38 g; suma cukrów prostych: 43.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.6 g; Sól: 11.64 g; WW: 29.24 Por; Cholesterol: 218.89 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2360.32 kcal; Białko ogółem: 49.49 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 344.42 g; suma cukrów prostych: 31.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g; Sól: 5.79 g; WW: 32.87 Por; Cholesterol: 246.16 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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. 5 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2394.88 kcal; Białko ogółem: 101.4 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 394.32 g; suma cukrów prostych: 83.1 g; Błonnik pokarmowy: 20.64 g; Sól: 9.2 g; WW: 37.58 Por; Cholesterol: 231.29 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2432.58 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; Sól: 9.59 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 308.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.01 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 325.73 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Sól: 10.26 g; WW: 29.38 Por; Cholesterol: 351.19 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml, dyniowa z ziemniakami - dieta płynna 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.: 2054.64 kcal; Białko ogółem: 106 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.17 g; Węglowodany ogółem: 116.19 g; suma cukrów prostych: 6.6 g; Błonnik pokarmowy: 7.27 g; Sól: 1.76 g; WW: 11.06 Por; Cholesterol: 1044.37 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, dyniowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
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.: 2100.04 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 130.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 127.44 g; suma cukrów prostych: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 8.19 g; Sól: 1.76 g; WW: 12.11 Por; Cholesterol: 1042.27 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2587.51 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 329.6 g; suma cukrów prostych: 64.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g; Sól: 9.72 g; WW: 30.94 Por; Cholesterol: 308.77 mg;

sobota 2025-10-11 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, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2478.02 kcal; Białko ogółem: 115.56 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.3 g; Węglowodany ogółem: 315.59 g; suma cukrów prostych: 43.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 10.73 g; WW: 29.16 Por; Cholesterol: 276.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1950.47 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 251.78 g; suma cukrów prostych: 39.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Sól: 8.97 g; WW: 21.97 Por; Cholesterol: 292.19 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2270.7 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; suma cukrów prostych: 46.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sól: 10.63 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 357.49 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2111.67 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; Sól: 7.17 g; WW: 29.89 Por; Cholesterol: 136.36 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
		Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g , Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2205.83 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.01 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; suma cukrów prostych: 54.64 g; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; Sól: 6.69 g; WW: 30.48 Por; Cholesterol: 261.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 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>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, salata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/ jaj 90 g (<u>GLU</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2356.06 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; suma cukrów prostych: 70.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sól: 9.84 g; WW: 30.53 Por; Cholesterol: 267.3 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,	wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2050.44 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.75 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 8g 8 g,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2207.42 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 251.78 g; suma cukrów prostych: 33.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.89 g; Sól: 5.07 g; WW: 23.48 Por; Cholesterol: 273.44 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, salata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,
		Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 10 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2243.41 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 100.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.06 g; Węglowodany ogółem: 240.99 g; suma cukrów prostych: 23.3 g; Błonnik pokarmowy: 19 g; Sól: 3.36 g; WW: 22.3 Por; Cholesterol: 260.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ.</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL.</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2136.86 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 103.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 210.75 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; Sól: 4.84 g; WW: 19.15 Por; Cholesterol: 273.44 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU.</u> <u>JAJ.</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL.</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU.</u> <u>JAJ.</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g , pomidor 100 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2335.72 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 90.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63 g; Węglowodany ogółem: 289.26 g; suma cukrów prostych: 33.05 g; Błonnik pokarmowy: 46.95 g; Sól: 8.59 g; WW: 24.34 Por; Cholesterol: 263.01 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ.</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL.</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2239.68 kcal; Białko ogółem: 121.81 g; Tłuszcz: 114.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 207.58 g; suma cukrów prostych: 24.15 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Sól: 4.57 g; WW: 18.47 Por; Cholesterol: 260.31 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU.</u> <u>MLE.</u>), rzodkiewka 40 g , melon 150 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 Por (<u>GLU.</u>), brokuł gotowany 130 g , Kompot z czarnej porzeczek i jabłek z/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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>), wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2277.05 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 81.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Błonnik pokarmowy: 42.08 g; Sól: 5.59 g; WW: 27.52 Por; Cholesterol: 196.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 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>), pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2203.38 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; suma cukrów prostych: 20.26 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 3.15 g; WW: 31.03 Por; Cholesterol: 260.15 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<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>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenney krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.84 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 263.62 g; suma cukrów prostych: 39.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sól: 4.42 g; WW: 23.28 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenney krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , salata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2099.71 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 280.94 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; Sól: 5.04 g; WW: 25.23 Por; Cholesterol: 753.9 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: 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 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

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

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	buraczki duszone 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 945.53 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz: 23.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.43 g; Węglowodany ogółem: 133.44 g; suma cukrów prostych: 13.39 g; Błonnik pokarmowy: 9.97 g; Sól: 2.04 g; WW: 12.4 Por; Cholesterol: 276.74 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2755.37 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 89.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 384.35 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g; Sól: 8.06 g; WW: 36.76 Por; Cholesterol: 371.22 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 Por (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, brokuł gotowany 130 g, 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2049.43 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 265.67 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; Sól: 5.58 g; WW: 22.92 Por; Cholesterol: 196.2 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 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, sałata zielona 8g 8 g,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml jarska 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywnami wegetariańskie z dynią 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, brokuł gotowany 130 g, sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
		Posiłek nocny: melon 150 g, sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2231.74 kcal; Białko ogółem: 50.98 g; Tłuszcz: 108.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.09 g; Węglowodany ogółem: 279.75 g; suma cukrów prostych: 49.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.56 g; Sól: 6.72 g; WW: 24.18 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
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>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>),	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.86 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.44 g; Węglowodany ogółem: 241.33 g; suma cukrów prostych: 90.21 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g; Sól: 6.22 g; WW: 22.44 Por; Cholesterol: 352.02 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
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>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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</u> : <u>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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2398.23 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 86.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 300.6 g; suma cukrów prostych: 92.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.7 g; Sól: 7.06 g; WW: 28.05 Por; Cholesterol: 360.82 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g , 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</u> : <u>GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2018.82 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 203.79 g; suma cukrów prostych: 52.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; Sól: 7.91 g; WW: 17.67 Por; Cholesterol: 601.9 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 Por (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , brokuł gotowany 130 g , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2329.57 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 86.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 323.2 g; suma cukrów prostych: 56.76 g; Błonnik pokarmowy: 54.91 g; Sól: 7.63 g; WW: 27.12 Por; Cholesterol: 186.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), 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, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2740.51 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 93.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 379.58 g; suma cukrów prostych: 89.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Sól: 10.99 g; WW: 35 Por; Cholesterol: 372.42 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2369.46 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 86.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 293.48 g; suma cukrów prostych: 55.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; Sól: 10.31 g; WW: 25.45 Por; Cholesterol: 319.72 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, wędlina 100g 100 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), rzodkiewka 40 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2088.67 kcal; Białko ogółem: 116.9 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 268.86 g; suma cukrów prostych: 49.1 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.29 g; WW: 23.08 Por; Cholesterol: 469.34 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2404.63 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 123.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 213.39 g; suma cukrów prostych: 46.32 g; Błonnik pokarmowy: 13.94 g; Sól: 5.4 g; WW: 20.03 Por; Cholesterol: 597.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2616.77 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; suma cukrów prostych: 88.9 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; Sól: 10.44 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 363.19 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Ściśła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

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

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: rozdrobniona ind LK		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, salata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml (<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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2352.35 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 357.55 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g; Sól: 11.86 g; WW: 32 Por; Cholesterol: 212.85 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), majonez 30 g (<u>JAJ</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml, Sos boloński ots b/ml 200 g, Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g, fasolka szparagowa gotowana ots 130 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt (<u>SEL</u>), galaretka o smaku truskawkowym ots 200 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1726.18 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 162.1 g; suma cukrów prostych: 54.71 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 5.59 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1185.5 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>), kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>),
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.: 1016.28 kcal; Białko ogółem: 50.9 g; Tłuszcz: 16.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 178.61 g; suma cukrów prostych: 93.8 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 1.79 g; WW: 15.68 Por; Cholesterol: 132 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),			dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2616.77 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; suma cukrów prostych: 88.9 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; Sól: 10.44 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 363.19 mg;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), dyniowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,			Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2696 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 117.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 314.09 g; suma cukrów prostych: 159.55 g; Błonnik pokarmowy: 19 g; Sól: 4.44 g; WW: 29.77 Por; Cholesterol: 769.09 mg;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),			dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2592.89 kcal; Białko ogółem: 112.6 g; Tłuszcz: 89.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.56 g; Węglowodany ogółem: 343.56 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g; Sól: 8.04 g; WW: 32.58 Por; Cholesterol: 371.22 mg;