

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2389.44 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 108.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 269.9 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Sól: 9.89 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 278.73 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2635.36 kcal; Białko ogółem: 106.8 g; Tłuszcz: 114.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.2 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 71.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; Sól: 10.2 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 298.73 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), sos własny mięsny 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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2195.56 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 84.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 272.79 g; suma cukrów prostych: 59.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; Sól: 9.43 g; WW: 24.33 Por; Cholesterol: 218.87 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2418.22 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 94.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; suma cukrów prostych: 62.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sól: 6.24 g; WW: 27.84 Por; Cholesterol: 247.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem 2 szt. 50 g,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2299.84 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; suma cukrów prostych: 81.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.58 g; Sól: 5.96 g; WW: 31.11 Por; Cholesterol: 206.1 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: 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>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2202.51 kcal; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 98.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 233.78 g; suma cukrów prostych: 37.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g; Sól: 9.91 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 252.72 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1845.73 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 212.53 g; suma cukrów prostych: 32.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; Sól: 5.84 g; WW: 18.42 Por; Cholesterol: 152.17 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zacierkowa - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 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. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1972.08 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 202.81 g; suma cukrów prostych: 63.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.4 g; Sól: 6.18 g; WW: 17.5 Por; Cholesterol: 299.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 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>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2332.92 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 92.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; suma cukrów prostych: 67.56 g; Błonnik pokarmowy: 38 g; Sól: 7.78 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 305.77 mg;

wtorek 2025-11-04 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.21 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 92.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 252.22 g; suma cukrów prostych: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Sól: 9.85 g; WW: 21.41 Por; Cholesterol: 207.64 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: 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>), rzodkiewka 40 g , pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2467.92 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 105.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.27 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; suma cukrów prostych: 49.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g; Sól: 10.23 g; WW: 23.88 Por; Cholesterol: 263.97 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1950.45 kcal; Białko ogółem: 132.93 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.1 g; Węglowodany ogółem: 242.99 g; suma cukrów prostych: 27.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; Sól: 6.41 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 146.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 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 , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ryba po grecku b/sosu 50 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2056.88 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 278.27 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Sól: 2.73 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 214.63 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2213.47 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 5.92 g; WW: 31.87 Por; Cholesterol: 141.02 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 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 100g 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2358.67 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; suma cukrów prostych: 66.8 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g; Sól: 6.18 g; WW: 30.86 Por; Cholesterol: 194.1 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2673.84 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 116.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 299.9 g; suma cukrów prostych: 67.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Sól: 10.17 g; WW: 26.91 Por; Cholesterol: 298.73 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , zacierkowa - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2039.52 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 129.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 112.99 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.72 g; WW: 10.94 Por; Cholesterol: 1037.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , zacierkowa - dieta papkowata 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

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

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2591.15 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; suma cukrów prostych: 77 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; Sól: 6.61 g; WW: 34.35 Por; Cholesterol: 284.99 mg;

wtorek 2025-11-04 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, 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>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2334.36 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 280.4 g; suma cukrów prostych: 30.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; Sól: 6.38 g; WW: 26.12 Por; Cholesterol: 264.99 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędliina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1688.37 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 65.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 184.29 g; suma cukrów prostych: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Sól: 5.8 g; WW: 15.81 Por; Cholesterol: 164.87 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 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 , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka colesław 130 g (<u>JAJ</u>), sos własny mięsny 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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2177.53 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 252.71 g; suma cukrów prostych: 47.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sól: 9.87 g; WW: 21.84 Por; Cholesterol: 231.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),
			chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
			Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , dżem 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2005.54 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; Sól: 4.37 g; WW: 29.47 Por; Cholesterol: 49.44 mg;

wtorek 2025-11-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
			chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
			Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , dżem 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143.75 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 304.82 g; suma cukrów prostych: 60.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Sól: 6.16 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 114.2 mg;

wtorek 2025-11-04			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA
chleb mieszany psz.-żyłt. 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>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),			zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , marchewka gotowana 130 g , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),
			pomidor 100 g , chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
			Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2214.87 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 80.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; suma cukrów prostych: 62.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sól: 6.32 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 217.92 mg;

wtorek 2025-11-04			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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2326.06 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 111.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 248.41 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 6.25 g; WW: 23.85 Por; Cholesterol: 222.39 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , dżem 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2021.6 kcal; Białko ogółem: 73.49 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 259.74 g; suma cukrów prostych: 53.97 g; Błonnik pokarmowy: 12.21 g; Sól: 2.76 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 79.81 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2109.71 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 111.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.46 g; Węglowodany ogółem: 191.78 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 12.68 g; Sól: 4.55 g; WW: 18.03 Por; Cholesterol: 127.31 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2061.18 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 245.69 g; suma cukrów prostych: 29.8 g; Błonnik pokarmowy: 38.44 g; Sól: 9.85 g; WW: 20.78 Por; Cholesterol: 128.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 150 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB.</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2070.29 kcal; Białko ogółem: 106.2 g; Tłuszcz: 105.05 g; Kw.łł.nas.ogółem: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 193.72 g; suma cukrów prostych: 22.73 g; Błonnik pokarmowy: 15.37 g; Sól: 6.09 g; WW: 17.84 Por; Cholesterol: 112.7 mg;

wtorek 2025-11-04 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>), hummus 130 g (<u>SEZ.</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), ratatouille 300 g , sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), pasta z fasoli 50 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR.</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2012.11 kcal; Białko ogółem: 46.11 g; Tłuszcz: 77.34 g; Kw.łł.nas.ogółem: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; suma cukrów prostych: 81.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Sól: 5.02 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 83.88 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE.</u>), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE.</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ryba po grecku b/sosu 50 g (<u>RYB.</u>),
		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2002.88 kcal; Białko ogółem: 50.82 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 266.87 g; suma cukrów prostych: 16.74 g; Błonnik pokarmowy: 13.75 g; Sól: 1.28 g; WW: 25.42 Por; Cholesterol: 214.63 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny 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, JAJ.</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU.</u>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny 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.łł.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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> , _), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u> , _), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.71 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 274.8 g; suma cukrów prostych: 52.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; Sól: 5.04 g; WW: 24.55 Por; Cholesterol: 753.9 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	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;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u> , _), majonez saszetka ots 15 g (<u>JAJ</u> , _), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u> , _),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u> , _), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), brokuł z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u> , _),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g , biszkopty ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3225.02 kcal; Białko ogółem: 162.36 g; Tłuszcz: 149.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.24 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; suma cukrów prostych: 69.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; Sól: 9.41 g; WW: 28.86 Por; Cholesterol: 1541.34 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , _), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , _), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), marchewka gotowana 130 g , 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> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2153.25 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; suma cukrów prostych: 66.2 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 5.92 g; WW: 28.53 Por; Cholesterol: 174.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, majonez saszetka ots 30 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł z bułką tartą ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3073.59 kcal; Białko ogółem: 156.57 g; Tłuszcz: 155.24 g; Kw.łł.nas.ogółem: 61.66 g; Węglowodany ogółem: 271.51 g; suma cukrów prostych: 44.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; Sól: 9.42 g; WW: 24.58 Por; Cholesterol: 1469.69 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.łł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,

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

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,

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

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),

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

wtorek 2025-11-04 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem 2 szt. 50 g,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2323.03 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; suma cukrów prostych: 76.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.14 g; Sól: 5.92 g; WW: 30.67 Por; Cholesterol: 194.1 mg;

wtorek 2025-11-04 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>), hummus 130 g (<u>SEZ</u>), salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g, sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2077.88 kcal; Białko ogółem: 50.78 g; Tłuszcz: 87.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 283.68 g; suma cukrów prostych: 80.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g; Sól: 6.74 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 114.25 mg;

wtorek 2025-11-04 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>), salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, rzodkiewka 40 g, gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2035.17 kcal; Białko ogółem: 50.56 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.49 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; suma cukrów prostych: 53.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 5.36 g; WW: 23.88 Por; Cholesterol: 18.05 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zacierkowa - dieta 200 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, salata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2148.62 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 92.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; suma cukrów prostych: 60.41 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Sól: 5.34 g; WW: 22.83 Por; Cholesterol: 241.64 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zacierkowa - dieta 200 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, salata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2195.98 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 92.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 255.92 g; suma cukrów prostych: 60.95 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g; Sól: 5.4 g; WW: 23.86 Por; Cholesterol: 241.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2325.44 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 100.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 79.49 g; Węglowodany ogółem: 274.39 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; Sól: 5.72 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 937.97 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2469.2 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 120.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 239.92 g; suma cukrów prostych: 58.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.78 g; Sól: 3.99 g; WW: 22.54 Por; Cholesterol: 308.29 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2575.41 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 101.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 305.38 g; suma cukrów prostych: 67.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Sól: 7.12 g; WW: 27.26 Por; Cholesterol: 268.36 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

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

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: rozdrobniona ind LK		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka coleslaw 130 g (<u>JAJ</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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2686.48 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 113.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.7 g; Węglowodany ogółem: 333.87 g; suma cukrów prostych: 68.43 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; Sól: 9.89 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 278.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), majonez saszetka ots 15 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), gulasz drobiowy - dieta ots b/ml 200 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2246.52 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 96.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 233.25 g; suma cukrów prostych: 33.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 5.38 g; WW: 20.72 Por; Cholesterol: 1299.43 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis 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;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2740.41 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 101.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 346.63 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Sól: 7.14 g; WW: 31.46 Por; Cholesterol: 268.36 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, 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>), zacierkowa - dieta papka 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2680.88 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 116.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.4 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 762.51 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 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>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2234.09 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 278.38 g; suma cukrów prostych: 66.16 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; Sól: 6.06 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 208.28 mg;