

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                             |
| <b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                     |
| 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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2205.32 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; suma cukrów prostych: 44.65 g; Błonnik pokarmowy: 40.75 g; Sól: 8.02 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 302.4 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                     |
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.28 kcal; Białko ogółem: 119.23 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 309.86 g; suma cukrów prostych: 73.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 8.08 g; WW: 27.08 Por; Cholesterol: 337.6 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), musztarda 20 g, kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g, 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok wielowarzynny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2304.45 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; suma cukrów prostych: 77.39 g; Błonnik pokarmowy: 41.15 g; Sól: 10.19 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 372.6 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                  |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| <b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.47 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 275.24 g; suma cukrów prostych: 58.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g; Sól: 4.58 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 380.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2618.96 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 413.24 mg;

| sobota 2025-12-20 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 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.3 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; Sól: 5.83 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 317.58 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2510.22 kcal; Białko ogółem: 106.1 g; Tłuszcz: 96.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; suma cukrów prostych: 50.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g; Sól: 5.61 g; WW: 29.59 Por; Cholesterol: 344.47 mg;

| sobota 2025-12-20 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1855.59 kcal; Białko ogółem: 77.34 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 214.77 g; suma cukrów prostych: 54.97 g; Błonnik pokarmowy: 14.97 g; Sól: 3.21 g; WW: 20.19 Por; Cholesterol: 353.17 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2128.92 kcal; Białko ogółem: 87.9 g; Tłuszcz: 91.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 245.42 g; suma cukrów prostych: 56.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; Sól: 4.04 g; WW: 23.09 Por; Cholesterol: 393.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2679.72 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 98.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 345.98 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Sól: 5.68 g; WW: 32.89 Por; Cholesterol: 413.47 mg;

| sobota 2025-12-20 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, | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                        | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2391.74 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 94.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; suma cukrów prostych: 46.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 8.98 g; WW: 25.8 Por; Cholesterol: 318.98 mg;

| sobota 2025-12-20 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: rzodkiewka 40 g,                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1910.46 kcal; Białko ogółem: 94.2 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 261.54 g; suma cukrów prostych: 33.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 4.35 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 205.3 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,                       | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.57 kcal; Białko ogółem: 108.4 g; Tłuszcz: 98.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 232.21 g; suma cukrów prostych: 60.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; Sól: 4.86 g; WW: 20.22 Por; Cholesterol: 399.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 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 60 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                    | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2472.77 kcal; Białko ogółem: 116.8 g; Tłuszcz: 100.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 293.17 g; suma cukrów prostych: 64.21 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g; Sól: 6.38 g; WW: 25.38 Por; Cholesterol: 400.28 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g ,                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2227.46 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.7 g; Węglowodany ogółem: 290.42 g; suma cukrów prostych: 43.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 9.13 g; WW: 25.23 Por; Cholesterol: 314.4 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                               | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g ,                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2632.94 kcal; Białko ogółem: 130.73 g; Tłuszcz: 100.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 330.92 g; suma cukrów prostych: 59.17 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 9.26 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 338.98 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2083.89 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; suma cukrów prostych: 28.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g; Sól: 10.17 g; WW: 27.82 Por; Cholesterol: 182.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.57 kcal; Białko ogółem: 50.45 g; Tłuszcz: 89.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.4 g; Węglowodany ogółem: 268.8 g; suma cukrów prostych: 25.78 g; Błonnik pokarmowy: 14.08 g; Sól: 6.06 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 220.33 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.97 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; Sól: 5.78 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 320.34 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2520.12 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.91 g; Sól: 4.68 g; WW: 30.97 Por; Cholesterol: 369.3 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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, SOJ, SEL, GOR</u> ), musztarda 20 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g , 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2468.26 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; suma cukrów prostych: 81.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.37 g; Sól: 7.96 g; WW: 28.75 Por; Cholesterol: 394.6 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona         |                                                                                                               |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, MLE, 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.: 2073.42 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 130.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 7 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.49 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Papkowata                                    |                                                                                                                                         |                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - 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.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2687.46 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 94.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; suma cukrów prostych: 75.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sól: 5.21 g; WW: 33.39 Por; Cholesterol: 367.22 mg;

| sobota 2025-12-20 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 mięsa drob. 100 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2528.29 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 300.42 g; suma cukrów prostych: 30.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; Sól: 10.03 g; WW: 27.99 Por; Cholesterol: 335.22 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g ,                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1855.73 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 220.14 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sól: 4.77 g; WW: 19.09 Por; Cholesterol: 307.4 mg;

| sobota 2025-12-20 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 , salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g , 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g ,                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2314.66 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 283.14 g; suma cukrów prostych: 34.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Sól: 8.51 g; WW: 24.59 Por; Cholesterol: 329.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1985.24 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw.łł.nas.ogółem: 43.01 g; Węglowodany ogółem: 266.29 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.52 g; Sól: 7.08 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 209.6 mg;

| sobota 2025-12-20 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 , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g ,                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2330.68 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 92.72 g; Kw.łł.nas.ogółem: 57.89 g; Węglowodany ogółem: 282.61 g; suma cukrów prostych: 41.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g; Sól: 6.94 g; WW: 24.97 Por; Cholesterol: 336.7 mg;

| sobota 2025-12-20 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> ), wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca b/ jaj 90 g ( <u>GLU</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), mieszanka bankietowa 130 g , 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.71 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw.łł.nas.ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 287.55 g; suma cukrów prostych: 31.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 6.1 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 211.88 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,                    |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>sałata zielona 8g 8 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>mieszanka bankietowa 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),<br>dżem owocowy 50 g ,<br>papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>chleb bezglutenowy 30 g ,<br>ogórek świeży 100 g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2309.8 kcal; Białko ogółem: 110 g; Tłuszcz: 109.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 227.69 g; suma cukrów prostych: 34.09 g; Błonnik pokarmowy: 16.21 g; Sól: 3 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 360.43 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,<br>mieszanka bankietowa 130 g ,<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g ,<br>dżem owocowy 50 g ,<br>papryka świeża 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>margaryna 10 g ,<br>chleb bezglutenowy 30 g ,<br>ogórek świeży 100 g ,                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2275.42 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 110.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.4 g; Węglowodany ogółem: 220.67 g; suma cukrów prostych: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; Sól: 3.39 g; WW: 20.56 Por; Cholesterol: 335.2 mg;

| sobota 2025-12-20 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> ),<br>wędlina 100g 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>sałata zielona 8g 8 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>surówka z czerwonej kapusty 130 g ,<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),<br>papryka świeża 100 g ,<br>szczypiorek 20 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g ,<br>masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>ogórek świeży 100 g ,                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.89 kcal; Białko ogółem: 123 g; Tłuszcz: 110.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 226.52 g; suma cukrów prostych: 33.45 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g; Sól: 5.51 g; WW: 21.14 Por; Cholesterol: 348.03 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),<br>sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>surówka z czerwonej kapusty 130 g ,<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g ,<br>papryka świeża 100 g ,<br>szczypiorek 20 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g ,<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>ogórek świeży 100 g ,     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2341.63 kcal; Białko ogółem: 123.37 g; Tłuszcz: 94.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 282.2 g; suma cukrów prostych: 41.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.38 g; Sól: 9.56 g; WW: 24.47 Por; Cholesterol: 337.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 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 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g ,         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.67 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 106.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 218.96 g; suma cukrów prostych: 30.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Sól: 5.55 g; WW: 20.35 Por; Cholesterol: 209.6 mg;

| sobota 2025-12-20 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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka z czerwonej kapusty 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml , kiwi 100 g ,                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2342.76 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; suma cukrów prostych: 66.32 g; Błonnik pokarmowy: 45.85 g; Sól: 6.68 g; WW: 32.44 Por; Cholesterol: 148.78 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1790.15 kcal; Białko ogółem: 52.98 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 212.33 g; suma cukrów prostych: 12.04 g; Błonnik pokarmowy: 8.68 g; Sól: 3.6 g; WW: 20.41 Por; Cholesterol: 195.53 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/lml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                    |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,         |                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g , |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),                                                          | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), marchewka gotowana 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> , ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2005.94 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 243.38 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.58 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

| sobota 2025-12-20 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;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na mleku ots 400 g , 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. ots 100 g , marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml , Sos boloński ots 200 g , Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g , fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 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: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> , ),                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1648.99 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 170.85 g; suma cukrów prostych: 32.92 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g; Sól: 5.35 g; WW: 15.05 Por; Cholesterol: 680.95 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2143.85 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; suma cukrów prostych: 64.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.75 g; Sól: 3.93 g; WW: 27.78 Por; Cholesterol: 250.02 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na mleku ots 400 g , chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> , ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml , Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g , Sos boloński ots 200 g , fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 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> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1754.64 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 103.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 129.18 g; suma cukrów prostych: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 6.02 g; WW: 11.19 Por; Cholesterol: 1260.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20                                                                            |  |  | Jadłospis dla diety: Ścista dla matek po cesarskim cięciu                                    |  |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 , |  | 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.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| sobota 2025-12-20                                                                                       |  |  | Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)                                                         |  |                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| sobota 2025-12-20                                                                                                                                                |  |  | Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                              |  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| sobota 2025-12-20                                                                                                                                                |  |  | Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), |  |  | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , |  | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), |

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

| sobota 2025-12-20                                                                                                                                         |  |  | 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.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

| sobota 2025-12-20                                                                                             |  |  | Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                |  |                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |  |  | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), |  | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                       |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                    |  |  |                                                                  |  | Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenney krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenney krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.67 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                     |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                          |

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

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 966.33 kcal; Białko ogółem: 53.82 g; Tłuszcz: 39.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 102.53 g; suma cukrów prostych: 13.48 g; Błonnik pokarmowy: 9.29 g; Sól: 1.53 g; WW: 9.42 Por; Cholesterol: 278.9 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenney krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 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> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenney krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2361.05 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 318.99 g; suma cukrów prostych: 63.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; Sól: 6.63 g; WW: 29.95 Por; Cholesterol: 282.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), | barszcz biały z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , kiwi 100 g ,                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2342.76 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; suma cukrów prostych: 66.32 g; Błonnik pokarmowy: 45.85 g; Sól: 6.68 g; WW: 32.44 Por; Cholesterol: 148.78 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ.</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , | dżem owocowy 100 g , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: kiwi 100 g ,                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2395.94 kcal; Białko ogółem: 60.84 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 383.29 g; suma cukrów prostych: 100.85 g; Błonnik pokarmowy: 44.91 g; Sól: 3.71 g; WW: 34.06 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), 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> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), chleb pszenney krojony 60 g ( <u>GLU.</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), mieszanka bankietowa 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenney krojony 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1891.44 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 69.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 241.79 g; suma cukrów prostych: 54.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.4 g; Sól: 3.73 g; WW: 22.04 Por; Cholesterol: 334.95 mg;

| sobota 2025-12-20 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 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), chleb pszenney krojony 60 g ( <u>GLU.</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), mieszanka bankietowa 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenney krojony 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.73 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 277.11 g; suma cukrów prostych: 60.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Sól: 4.58 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 380.03 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek świeży 100 g ,                 | barszcz biały z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE.</u> ),                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.82 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.48 g; Węglowodany ogółem: 206.28 g; suma cukrów prostych: 59.7 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g; Sól: 4.67 g; WW: 17.76 Por; Cholesterol: 386.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 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> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g ,                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2634.26 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 101.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 366.05 g; suma cukrów prostych: 55.69 g; Błonnik pokarmowy: 55.07 g; Sól: 8.5 g; WW: 31.32 Por; Cholesterol: 119.58 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2766.58 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 104.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 349.42 g; suma cukrów prostych: 68.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g; Sól: 8.68 g; WW: 33.19 Por; Cholesterol: 413.47 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> ),                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2536.54 kcal; Białko ogółem: 128.36 g; Tłuszcz: 99.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g; Sól: 12.21 g; WW: 26.18 Por; Cholesterol: 389.32 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 60 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                             | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , sałata zielona 20 g ,                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.85 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 77.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 272.23 g; suma cukrów prostych: 61.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g; Sól: 5.27 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 446.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,                     | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2410.01 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 123 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 224.29 g; suma cukrów prostych: 52.81 g; Błonnik pokarmowy: 15.4 g; Sól: 2.35 g; WW: 21 Por; Cholesterol: 371.33 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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, SOJ, SEL, GOR</u> ), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2618.96 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 413.24 mg;

| sobota 2025-12-20 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 2025-12-20 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> ), galaretko 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 2025-12-20 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 2025-12-20 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), 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> ), | barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2618.96 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 91.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 413.24 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</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.: 2089.72 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 259.74 g; suma cukrów prostych: 140.18 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; Sól: 4.08 g; WW: 24.45 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

| sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2591.22 kcal; Białko ogółem: 109.1 g; Tłuszcz: 97.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; suma cukrów prostych: 63.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g; Sól: 7.95 g; WW: 30.99 Por; Cholesterol: 344.47 mg;