

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2515.27 kcal; Białko ogółem: 95.1 g; Tłuszcz: 106.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.7 g; Węglowodany ogółem: 322.48 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Sól: 5.68 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 276.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2797.49 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 112.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 368 g; suma cukrów prostych: 81.26 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; Sól: 5.99 g; WW: 32.95 Por; Cholesterol: 296.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2399.1 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 99.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.2 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; suma cukrów prostych: 75.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; Sól: 5.71 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 287 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), knedle z truskawkami 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2724.04 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 95.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; suma cukrów prostych: 92.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sól: 5.41 g; WW: 35.84 Por; Cholesterol: 329.43 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1609.24 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw.ł.nas.ogółem: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 180.53 g; suma cukrów prostych: 37.68 g; Błonnik pokarmowy: 14.83 g; Sól: 3.25 g; WW: 16.81 Por: Cholesterol: 211.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1731.53 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 204.71 g; suma cukrów prostych: 38.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.09 g; Sól: 3.38 g; WW: 19.13 Por; Cholesterol: 218.5 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2333.93 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; suma cukrów prostych: 51.44 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 5.25 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 238.5 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kalafior gotowany 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2316.99 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 311.02 g; suma cukrów prostych: 47.58 g; Błonnik pokarmowy: 47.33 g; Sól: 8.37 g; WW: 26.68 Por; Cholesterol: 192.24 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kalafior gotowany 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: Rukola 20 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1905.25 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 268.64 g; suma cukrów prostych: 33.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Sól: 5.4 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 146.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2389.91 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 83.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 322.85 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Błonnik pokarmowy: 44.53 g; Sól: 6.28 g; WW: 28.12 Por; Cholesterol: 482.92 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2387.39 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 322.39 g; suma cukrów prostych: 62.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.31 g; Sól: 6.28 g; WW: 28.1 Por; Cholesterol: 482.92 mg;

piątek 2025-12-26 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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2208.34 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; suma cukrów prostych: 36.6 g; Błonnik pokarmowy: 43.4 g; Sól: 5.9 g; WW: 25.51 Por; Cholesterol: 159.16 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>) ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2630.32 kcal; Białko ogółem: 127.3 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 348.16 g; suma cukrów prostych: 61.53 g; Błonnik pokarmowy: 47 g; Sól: 8.52 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 212.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.7 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.5 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; suma cukrów prostych: 24.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; Sól: 5.79 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 126.52 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 50 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy b/mleczny 150 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2153.7 kcal; Białko ogółem: 46.52 g; Tłuszcz: 81.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; suma cukrów prostych: 31.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.5 g; Sól: 3.55 g; WW: 28.36 Por; Cholesterol: 169.73 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g , chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>),		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2280.42 kcal; Białko ogółem: 99.4 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; suma cukrów prostych: 73.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; Sól: 7.31 g; WW: 34.33 Por; Cholesterol: 164.42 mg;

piątek 2025-12-26 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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2291.4 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sól: 5 g; WW: 31.46 Por; Cholesterol: 217.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2835.97 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 115.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.68 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; suma cukrów prostych: 77.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Sól: 5.96 g; WW: 32.27 Por; Cholesterol: 296.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 650 ml, zupa ryżowa płynna 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2046.24 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 131.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.13 g; Węglowodany ogółem: 112.16 g; suma cukrów prostych: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 5.82 g; Sól: 1.73 g; WW: 10.79 Por; Cholesterol: 1045.84 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, zupa ryżowa papka 400 ml (<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.: 2067.49 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 129.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 122.43 g; suma cukrów prostych: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 6.51 g; Sól: 1.7 g; WW: 11.76 Por; Cholesterol: 1037.87 mg;

piątek 2025-12-26 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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, pietruszka gotowana 100 g,
		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2463.51 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 5.27 g; WW: 32.26 Por; Cholesterol: 229.5 mg;

piątek 2025-12-26 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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pietruszka gotowana 100 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2270.92 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 303.2 g; suma cukrów prostych: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 6.99 g; WW: 27.95 Por; Cholesterol: 172 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1864.29 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 229.6 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g; Sól: 5.21 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 192.86 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszonej kap. 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2355.24 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 109.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 276.54 g; suma cukrów prostych: 34.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.02 g; Sól: 6.27 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 267.9 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/głut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy b/mleczny 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , dżem owocowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1993.55 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 52.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; Sól: 4.9 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 85.04 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/głut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy b/mleczny 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2239.79 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.29 g; Węglowodany ogółem: 323.15 g; suma cukrów prostych: 27.18 g; Błonnik pokarmowy: 45.49 g; Sól: 5.8 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 86.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/ jaj 90 g (<u>GLU.</u> , <u>RYB.</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE.</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2470.32 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Błonnik pokarmowy: 46 g; Sól: 6.69 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 223.05 mg;

piątek 2025-12-26 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.</u> , <u>SEL.</u> , <u>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.tł.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;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos szpinakowy b/glutenowy 150 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10g (<u>MLE.</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2224.32 kcal; Białko ogółem: 106.7 g; Tłuszcz: 107.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 229.19 g; suma cukrów prostych: 23.33 g; Błonnik pokarmowy: 17.14 g; Sól: 1.49 g; WW: 21.36 Por; Cholesterol: 202.39 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>), Sos szpinakowy b/glu b/ml 150 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL.</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2133.49 kcal; Białko ogółem: 115.9 g; Tłuszcz: 88.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 238.43 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; Sól: 1.85 g; WW: 22.1 Por; Cholesterol: 98.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 50 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy b/mleczny 150 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1912.1 kcal; Białko ogółem: 40.87 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; suma cukrów prostych: 31.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.5 g; Sól: 3.55 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 144.93 mg;

piątek 2025-12-26 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/ml 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;

piątek 2025-12-26 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, MLE</u>),	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU, SEL</u>), kukinia 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 , sałata 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, 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;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL, 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, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2050.2 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 296.33 g; suma cukrów prostych: 59.8 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sól: 4.72 g; WW: 27.9 Por; Cholesterol: 197.5 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenney 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: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.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;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.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;

piątek 2025-12-26 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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 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> ,),		Posilek nocny: Kasza kukurydziana 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.łł.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;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,), pasta mięsno-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 pszenny 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 , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posilek 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.łł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

piątek 2025-12-26 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 ,		Posilek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

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

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twarożek 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> ,),		Posilek nocny: banan 200 g ,

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

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny		
	filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,), surówka z kiszzonej kap. 150 g , zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1102.47 kcal; Białko ogółem: 46.87 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw.łł.nas.ogółem: 6.74 g; Węglowodany ogółem: 94.11 g; suma cukrów prostych: 9.48 g; Błonnik pokarmowy: 8.52 g; Sól: 1.03 g; WW: 8.69 Por; Cholesterol: 139.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 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 pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2281.43 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 303.83 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g; Sól: 5.07 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 229.5 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2462.82 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 368.39 g; suma cukrów prostych: 78.8 g; Błonnik pokarmowy: 48.17 g; Sól: 5.64 g; WW: 32.47 Por; Cholesterol: 177.68 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, hummus z ciecierzycy 100 g, kiwi 100 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ratatouille 300 g, ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z kiszanej kap. 130 g,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1970.07 kcal; Białko ogółem: 50.18 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.76 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; suma cukrów prostych: 77.27 g; Błonnik pokarmowy: 41.85 g; Sól: 4.55 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), knedle z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2141.18 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.87 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; suma cukrów prostych: 77.9 g; Błonnik pokarmowy: 15.8 g; Sól: 3.99 g; WW: 26.4 Por; Cholesterol: 269.85 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), knedle z truskawkami 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2493.04 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 94.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.46 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; suma cukrów prostych: 89.37 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g; Sól: 4.14 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 328.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1829.89 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 79.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.09 g; Węglowodany ogółem: 203.86 g; suma cukrów prostych: 55.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sól: 3.84 g; WW: 17.81 Por; Cholesterol: 472.04 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z kiszzonej kap. 130 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2183.98 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 90.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 279.41 g; suma cukrów prostych: 47.5 g; Błonnik pokarmowy: 46.28 g; Sól: 5.98 g; WW: 23.6 Por; Cholesterol: 202.98 mg;

piątek 2025-12-26 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może</u> <u>zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2359.35 kcal; Białko ogółem: 119.33 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; suma cukrów prostych: 47.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g; Sól: 5.43 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 229.5 mg;

piątek 2025-12-26 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u> <u>zawierać: GOR</u>), kalafior gotowany 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>) ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2301.8 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.12 g; Węglowodany ogółem: 298.48 g; suma cukrów prostych: 61.5 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 8.51 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 245.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy b/mleczny 150 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2284.92 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 71.62 g; Węglowodany ogółem: 315.04 g; suma cukrów prostych: 55.96 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g; Sól: 6.72 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 334.57 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos szpinakowy b/glutenowy 150 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2416.59 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 117.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; suma cukrów prostych: 48.83 g; Błonnik pokarmowy: 14.05 g; Sól: 2.28 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 503.12 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2841.38 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 110.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; suma cukrów prostych: 92.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Sól: 6.17 g; WW: 33.73 Por; Cholesterol: 296.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

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

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, dżem 2 szt. ots 50 g, masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, chleb graham 100 g (<u>GLU</u>),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots b/ml 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), kasza gryczana na sypko ots 200 g, gulasz segetyński ots 250 g (<u>GLU</u>), kapusta biała zasmażana ots 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), hummus 130 g (<u>SEZ</u>), miód 2 szt. - ots 50 g, bukiecik warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2820.94 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 121.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; suma cukrów prostych: 55.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Sól: 3.6 g; WW: 30.41 Por; Cholesterol: 694.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		Posilek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posilek nocny: szarlotka 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2841.38 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 110.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; suma cukrów prostych: 92.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Sól: 6.17 g; WW: 33.73 Por; Cholesterol: 296.6 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>), kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u> , <u>SEL</u>), zupa ryżowa papka 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posilek nocny: budyn o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.39 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 250.85 g; suma cukrów prostych: 138.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g; Sól: 3.99 g; WW: 23.68 Por; Cholesterol: 462.13 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Sos szpinakowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posilek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2281.43 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 303.83 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g; Sól: 5.07 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 229.5 mg;