

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 biała 120 g, musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g (<u>MLE</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<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>), pasta z sera fromage 100 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2357.44 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 114.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 259.45 g; suma cukrów prostych: 49.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.61 Por; Cholesterol: 373.79 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<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 biała 120 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g (<u>MLE</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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 sera fromage 100 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2585.45 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 120.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.28 g; Węglowodany ogółem: 295.5 g; suma cukrów prostych: 65.88 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Sól: 7.81 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 393.79 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2127.72 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; Sól: 8.59 g; WW: 24.05 Por; Cholesterol: 323.16 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2513.16 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 107.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 316.2 g; suma cukrów prostych: 75.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sól: 6.15 g; WW: 29.21 Por; Cholesterol: 308.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa biała 120 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 127.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; suma cukrów prostych: 64.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sól: 5.97 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 329.03 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, ziemniaki gotowane 200 g, szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), rozspanka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 6230.12 kcal; Białko ogółem: 209.71 g; Tłuszcz: 107.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.87 g; Węglowodany ogółem: 1185.25 g; suma cukrów prostych: 101.84 g; Błonnik pokarmowy: 165.28 g; Sól: 27.67 g; WW: 102.62 Por; Cholesterol: 297.78 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), 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>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2455.98 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; suma cukrów prostych: 49.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 5.97 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 351.43 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
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>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos pietruszkowy 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>),	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: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1802.55 kcal; Białko ogółem: 73.47 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 188.15 g; suma cukrów prostych: 37.41 g; Błonnik pokarmowy: 15.46 g; Sól: 3.97 g; WW: 17.52 Por; Cholesterol: 296.67 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
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>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	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: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1946.04 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 215.02 g; suma cukrów prostych: 39.18 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; Sól: 4.14 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 306.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 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>),	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: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2460.54 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 95.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 310.18 g; suma cukrów prostych: 52.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 5.78 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 326.43 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2212.26 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; suma cukrów prostych: 36.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 6.88 g; WW: 25.21 Por; Cholesterol: 249.96 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: ogórek kiszony 100 g,		Posiłek nocny: roszponka 20 g, pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1900.1 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 269.22 g; suma cukrów prostych: 29.35 g; Błonnik pokarmowy: 40.75 g; Sól: 6.26 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 212.86 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2269.48 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 112.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.43 g; Węglowodany ogółem: 226.89 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; Sól: 5.29 g; WW: 19.81 Por; Cholesterol: 623.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 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 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2546.68 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 114.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 287.85 g; suma cukrów prostych: 62.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.57 g; Sól: 6.81 g; WW: 24.97 Por; Cholesterol: 624.71 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 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>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2214.37 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 84.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 281.04 g; suma cukrów prostych: 38.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.19 g; Sól: 17.35 g; WW: 23.85 Por; Cholesterol: 309.21 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</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 z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2615.05 kcal; Białko ogółem: 128.85 g; Tłuszcz: 101.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 317.29 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Błonnik pokarmowy: 44.73 g; Sól: 17.63 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 362.29 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1848.9 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 259.9 g; suma cukrów prostych: 21.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 4.95 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 151.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2100.16 kcal; Białko ogółem: 55.97 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 272.43 g; suma cukrów prostych: 28.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; Sól: 3.01 g; WW: 25.42 Por; Cholesterol: 233.28 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , miód 2 szt. 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Płatki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2279.86 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.64 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; suma cukrów prostych: 62.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; Sól: 6.3 g; WW: 34.78 Por; Cholesterol: 186.3 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 130 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2422.73 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; suma cukrów prostych: 64.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sól: 5.07 g; WW: 33.17 Por; Cholesterol: 255.9 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa biała 120 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g ,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), roszponka 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2580.8 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 117.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; suma cukrów prostych: 69.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sól: 17.49 g; WW: 26.14 Por; Cholesterol: 347.99 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),	papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.łł.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;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 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>),	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 ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2638.25 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 104.11 g; Kw.łł.nas.ogółem: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; suma cukrów prostych: 60.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; Sól: 5.02 g; WW: 30.95 Por; Cholesterol: 288.98 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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 ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2514.2 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 106.74 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; suma cukrów prostych: 32.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sól: 6.27 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 268.98 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE, _</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb razowy 90 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>), papryka świeża 100 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>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1825.83 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw.łł.nas.ogółem: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 218.38 g; suma cukrów prostych: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sól: 5.31 g; WW: 19.05 Por; Cholesterol: 260.9 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), kielbasa biała 120 g , salata zielona 20 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), musztarda 20 g ,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE, _</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rozszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE, _</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL, _</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2613.83 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 123.55 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.17 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; suma cukrów prostych: 44.36 g; Błonnik pokarmowy: 45.82 g; Sól: 17.67 g; WW: 24.58 Por; Cholesterol: 342.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 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 , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2264.2 kcal; Białko ogółem: 86.4 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 343.46 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sól: 4.58 g; WW: 31.82 Por; Cholesterol: 141.16 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), margaryna 10 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2229.22 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 78.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 310.72 g; suma cukrów prostych: 22.72 g; Błonnik pokarmowy: 41.12 g; Sól: 6.37 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 142.66 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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 , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2300.14 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 276.26 g; suma cukrów prostych: 37.26 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Sól: 16.76 g; WW: 23.54 Por; Cholesterol: 301.37 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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) atapowa 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. atapowa 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g , roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2305.42 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 98.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; suma cukrów prostych: 26.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g; Sól: 2.88 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 246.39 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2244.43 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 102.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.71 g; Węglowodany ogółem: 254.41 g; suma cukrów prostych: 16.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Sól: 3 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 141.16 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2257.03 kcal; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 105.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 230.12 g; suma cukrów prostych: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g; Sól: 13.25 g; WW: 20.97 Por; Cholesterol: 294.07 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , roszponka 20 g , pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.42 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; suma cukrów prostych: 30.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.78 g; Sól: 8.09 g; WW: 23.34 Por; Cholesterol: 143.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 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 ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), szpinak gotowany b/glut, b/lml 130 g , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB. SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , roszponka 20 g , pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2133.43 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 103.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.86 g; Węglowodany ogółem: 224.56 g; suma cukrów prostych: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 4.43 g; WW: 20.31 Por; Cholesterol: 141.16 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, SEL</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2222.02 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; suma cukrów prostych: 47.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 8 g; WW: 26.03 Por; Cholesterol: 177.29 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g , szpinak gotowany -dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	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 ,
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1961.16 kcal; Białko ogółem: 49.43 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 269.21 g; suma cukrów prostych: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g; Sól: 1.36 g; WW: 25.35 Por; Cholesterol: 202.75 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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

poniedziałek 2025-12-29 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>), 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, 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;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU, _</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE, _</u>), omelet na słono ots 150 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE, _</u>), ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB, _</u>), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU, MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU, _</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE, _</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , salátka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką ots 300 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), biszkopty ots 50 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3129.6 kcal; Białko ogółem: 141.61 g; Tłuszcz: 134.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 351.27 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Sól: 5.34 g; WW: 31.99 Por; Cholesterol: 844.39 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), szpinak gotowany -dieta 130 g (<u>GLU, MLE, _</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2288.88 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 77.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; suma cukrów prostych: 56.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; Sól: 4.56 g; WW: 30.66 Por; Cholesterol: 268.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), omelet na słońcu ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u> ,), ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u> ,), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt ,
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2894.72 kcal; Białko ogółem: 149.31 g; Tłuszcz: 141.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.6 g; Węglowodany ogółem: 279 g; suma cukrów prostych: 43.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Sól: 6.73 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 818.89 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.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;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 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

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao proszek 30 g ,		Posilek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2220.75 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 272.71 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 3.8 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 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-żyłt. 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-żyłt. 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;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny		
	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 935.89 kcal; Białko ogółem: 44.58 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw.łł.nas.ogółem: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 98.77 g; suma cukrów prostych: 11.19 g; Błonnik pokarmowy: 9.73 g; Sól: 2.17 g; WW: 9.07 Por; Cholesterol: 265.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw - dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.31 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; suma cukrów prostych: 48.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Sól: 4.73 g; WW: 27.65 Por; Cholesterol: 288.98 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), makaron ze szpinakiem i twarogiem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), salata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.47 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; suma cukrów prostych: 33.66 g; Błonnik pokarmowy: 46.35 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 192.75 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), salata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek kiszony 100 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2222.96 kcal; Białko ogółem: 65.1 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; suma cukrów prostych: 49.92 g; Błonnik pokarmowy: 39.6 g; Sól: 4.76 g; WW: 28.45 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
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>), salata zielona 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	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>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3826.47 kcal; Białko ogółem: 60.24 g; Tłuszcz: 295.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 178.96 g; Węglowodany ogółem: 237.28 g; suma cukrów prostych: 51.05 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; Sól: 4.73 g; WW: 22.35 Por; Cholesterol: 875.28 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
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>), salata zielona 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	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>), roszponka 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2297.86 kcal; Białko ogółem: 68.66 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 278.15 g; suma cukrów prostych: 64.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; Sól: 5.23 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 295.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt., sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2009.14 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 97.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 206.65 g; suma cukrów prostych: 53.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.6 g; Sól: 6.54 g; WW: 17.9 Por; Cholesterol: 586.9 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, surówka z czerwonej kapusty 130 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 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>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 100 g (<u>SEL</u>), roszponka 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2641.25 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 103.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Błonnik pokarmowy: 48.82 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 220.1 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2603.69 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 108.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 319.61 g; suma cukrów prostych: 56.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Sól: 6.53 g; WW: 29.78 Por; Cholesterol: 363.43 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGŁOW		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2518.83 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 110.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 287.75 g; suma cukrów prostych: 52.27 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g; Sól: 7.55 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 343.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 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>), sałata zielona 20 g , pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2133.37 kcal; Białko ogółem: 104.09 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Błonnik pokarmowy: 41.31 g; Sól: 5.67 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 449.14 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2424.1 kcal; Białko ogółem: 106.6 g; Tłuszcz: 126.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 226.11 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.32 g; Sól: 2.29 g; WW: 21.24 Por; Cholesterol: 566.75 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa biała 120 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), musztarda 20 g ,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 127.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; suma cukrów prostych: 64.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sól: 5.97 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 329.03 mg;

poniedziałek 2025-12-29 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;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami ots b/mleka 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Ryż biały na sypko 200 g , ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots b/mleka 100 ml (<u>GLU</u>), fasolka szparagowa z bulką tartą ots 150 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ, SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2258.11 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 275.21 g; suma cukrów prostych: 29.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; Sól: 5.14 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 181.37 mg;

