

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-01-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, 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> ), kielbasa biała 120 g, musztarda 20 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.98 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 104.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 246.6 g; suma cukrów prostych: 45.8 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g; Sól: 5.4 g; WW: 21.38 Por; Cholesterol: 181.18 mg;

<b>wtorek 2026-01-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
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> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, musztarda 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2404.9 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 286.72 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; Sól: 5.71 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 201.18 mg;

<b>wtorek 2026-01-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ, może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2598.52 kcal; Białko ogółem: 105.7 g; Tłuszcz: 106.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; Sól: 6.33 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 231.94 mg;

<b>wtorek 2026-01-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.35 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 93.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; suma cukrów prostych: 59 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; Sól: 5.73 g; WW: 26.76 Por; Cholesterol: 239.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), kielbasa biała 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2656.52 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 122.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 200.38 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.6 kcal; Białko ogółem: 98.1 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 282.96 g; suma cukrów prostych: 64.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g; Sól: 4.41 g; WW: 26.29 Por; Cholesterol: 176.92 mg;

wtorek 2026-01-06 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2314.42 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 296.98 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; Sól: 5.43 g; WW: 27.96 Por; Cholesterol: 232.07 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
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> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 50 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1687.41 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 67.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 185.38 g; suma cukrów prostych: 51.21 g; Błonnik pokarmowy: 13.01 g; Sól: 3.1 g; WW: 17.33 Por; Cholesterol: 186.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.82 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 225.69 g; suma cukrów prostych: 53.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.24 g; Sól: 3.96 g; WW: 21.17 Por; Cholesterol: 234.62 mg;

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.32 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 320.85 g; suma cukrów prostych: 66.2 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g; Sól: 5.6 g; WW: 30.39 Por; Cholesterol: 254.62 mg;

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, rosółka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2485.77 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 105.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 271.6 g; suma cukrów prostych: 30.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g; Sól: 4.96 g; WW: 23.19 Por; Cholesterol: 180.87 mg;

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,				Posiłek nocny: sałata zielona 20 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1865.97 kcal; Białko ogółem: 92.8 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 232.3 g; suma cukrów prostych: 22.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.99 g; Sól: 4.25 g; WW: 19.87 Por; Cholesterol: 123.09 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.29 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 106.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 233.19g; suma cukrów prostych: 49.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 4.96 g; WW: 20.21 Por; Cholesterol: 292.07 mg;

wtorek 2026-01-06 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> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł 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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2570.49 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 108.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 294.15 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Sól: 6.48 g; WW: 25.37 Por; Cholesterol: 293.27 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2295.99 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 262.2 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g; Sól: 4.72 g; WW: 22.27 Por; Cholesterol: 135.79 mg;

wtorek 2026-01-06 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2690.67 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 110.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 301.6 g; suma cukrów prostych: 43.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.61 g; Sól: 5.24 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 200.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 271.97 g; suma cukrów prostych: 29.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.2 g; Sól: 8.51 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 83.89 mg;

wtorek 2026-01-06			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> ), Herbata czarna b/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy 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> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 30g 30 g , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.23 kcal; Białko ogółem: 54.98 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; suma cukrów prostych: 26.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.08 g; Sól: 5.39 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 212.23 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.31 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.58 g; Węglowodany ogółem: 330.79 g; suma cukrów prostych: 75.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 3.94 g; WW: 30.08 Por; Cholesterol: 85.74 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.11 kcal; Białko ogółem: 108.5 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; Sól: 4.14 g; WW: 32.19 Por; Cholesterol: 174.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</span>		
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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, 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> ), kielbasa biała 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2534.45 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 116.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 270.82 g; suma cukrów prostych: 52.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; Sól: 5.17 g; WW: 24.05 Por; Cholesterol: 200.38 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</span>		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.11 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 130.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 131.47 g; suma cukrów prostych: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.26 g; Sól: 1.75 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata</span>		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, 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.: 2164.51 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 130.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.75 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1041.21 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Rozdrobniona</span>		
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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2568.6 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 88.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 333.42 g; suma cukrów prostych: 58.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; Sól: 9.37 g; WW: 31.14 Por; Cholesterol: 266.26 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów</span>		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2512.81 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 303.5 g; suma cukrów prostych: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 20.7 g; Sól: 7.72 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 246.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1637.97 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 171.05 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; Sól: 3.42 g; WW: 14.67 Por; Cholesterol: 140.68 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2582.41 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 123.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 275.19 g; suma cukrów prostych: 34.03 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Sól: 5.26 g; WW: 23.53 Por; Cholesterol: 193.27 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.45 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; suma cukrów prostych: 65.92 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Sól: 6.74 g; WW: 26.93 Por; Cholesterol: 49.44 mg;

wtorek 2026-01-06 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 , ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ, może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.71 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; suma cukrów prostych: 20.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; Sól: 4.02 g; WW: 25.08 Por; Cholesterol: 83.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb 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 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1972.2 kcal; Białko ogółem: 90.8 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.8 g; Węglowodany ogółem: 254.18 g; suma cukrów prostych: 59.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Sól: 4.38 g; WW: 22.41 Por; Cholesterol: 171.52 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1873.48 kcal; Białko ogółem: 51.04 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.97 g; Węglowodany ogółem: 256.66 g; suma cukrów prostych: 41.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sól: 1.45 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 91.77 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2341.33 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 110.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; suma cukrów prostych: 15.52 g; Błonnik pokarmowy: 9.78 g; Sól: .93 g; WW: 23.74 Por; Cholesterol: 132.12 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2388.31 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 111.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 243.54 g; suma cukrów prostych: 15.32 g; Błonnik pokarmowy: 9.78 g; Sól: 1.27 g; WW: 23.4 Por; Cholesterol: 82.33 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			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> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), salata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2419.29 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 117.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 229.62 g; suma cukrów prostych: 11.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.28 g; Sól: .78 g; WW: 21.24 Por; Cholesterol: 156.92 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszonek 20 g , ogórek świeży 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> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 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 , pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), salata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2156.41 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 272.57 g; suma cukrów prostych: 28.16 g; Błonnik pokarmowy: 42.18 g; Sól: 5.73 g; WW: 23.04 Por; Cholesterol: 52.14 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszonek 20 g , ogórek świeży 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> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), salata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2310.99 kcal; Białko ogółem: 114.53 g; Tłuszcz: 111.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.85 g; Węglowodany ogółem: 238.01 g; suma cukrów prostych: 19.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; Sól: 2.32 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 49.44 mg;

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysiowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ) , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8g ,			
		Posiłek nocny: BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ, może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.28 kcal; Białko ogółem: 69.49 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.6 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; suma cukrów prostych: 40.7 g; Błonnik pokarmowy: 41.67 g; Sól: 3.72 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 100.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,		grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy 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> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		wędlina 30g 30 g , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,	
				Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.73 kcal; Białko ogółem: 49.58 g; Tłuszcz: 79.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; suma cukrów prostych: 26.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.08 g; Sól: 5.39 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 212.23 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml , ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml , marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1759.74 kcal; Białko ogółem: 66.55 g; Tłuszcz: 37.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 209.27 g; suma cukrów prostych: 36.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; Sól: 3.95 g; WW: 18.09 Por; Cholesterol: 202.58 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml , ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , salata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1667.41 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 206.16 g; suma cukrów prostych: 35.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; Sól: 4.22 g; WW: 17.8 Por; Cholesterol: 733.9 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana ots 100 g, serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek prażonych ots 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3277.37 kcal; Białko ogółem: 118.92 g; Tłuszcz: 121.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 434.97 g; suma cukrów prostych: 138.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sól: 6.38 g; WW: 40.35 Por; Cholesterol: 281.52 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
			Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.89 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; Sól: 3.82 g; WW: 29.21 Por; Cholesterol: 137.62 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kakafor 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> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c ots 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3011.11 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 130.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.11 g; Węglowodany ogółem: 345.46 g; suma cukrów prostych: 45.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 6.23 g; WW: 31.43 Por; Cholesterol: 304.97 mg;

wtorek 2026-01-06			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;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, </u> ),

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

wtorek 2026-01-06 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;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, </u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, </u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, </u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),		Posiłek nocny: Kasza 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.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

wtorek 2026-01-06 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, SEL, może zawierać: GOR, </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml , 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, JAJ, SOJ, MLE, </u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2176.03 kcal; Białko ogółem: 80.9 g; Tłuszcz: 50.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 268.9 g; suma cukrów prostych: 43.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 3.7 g; WW: 23.43 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU, </u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa</span>		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyty. 90 g ( <u>GLU</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt.,	chleb mieszany psz-żyty. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłek z/c 150 g, kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

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

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny</span>		
	kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1036.54 kcal; Białko ogółem: 44.95 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 90.93 g; suma cukrów prostych: 17.08 g; Błonnik pokarmowy: 12.09 g; Sól: 1.9 g; WW: 7.9 Por; Cholesterol: 124.73 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</span>		
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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	wędlina 50 g, salata zielona 20 g, chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2247.57 kcal; Białko ogółem: 106.4 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; suma cukrów prostych: 50.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.68 g; Sól: 4.27 g; WW: 27.82 Por; Cholesterol: 192.17 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA</span>		
chleb mieszany psz.-żyty. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyty. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 8g 8g, pomidor 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> BABKA CWIBAK BEZGLUTENOWA 115 g ( <u>JAJ, może zawierać: OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2324.7 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 80.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; suma cukrów prostych: 43.41 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g; Sól: 3.74 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 100.43 mg;

wtorek 2026-01-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA</span>		
chleb mieszany psz.-żyty. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g,	chleb mieszany psz.-żyty. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1922.91 kcal; Białko ogółem: 45.6 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; suma cukrów prostych: 79.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Sól: 3.63 g; WW: 27.21 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	parówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1978.72 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 230.89 g; suma cukrów prostych: 55.48 g; Błonnik pokarmowy: 13.69 g; Sól: 3.93 g; WW: 21.82 Por; Cholesterol: 197.2 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2275.75 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 256.19 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g; Sól: 4.97 g; WW: 24.18 Por; Cholesterol: 238.77 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,	żurek z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1923.16 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 95.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 176.41 g; suma cukrów prostych: 48.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; Sól: 4.59 g; WW: 15.07 Por; Cholesterol: 281.72 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1905.14 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; suma cukrów prostych: 39.6 g; Błonnik pokarmowy: 43.57 g; Sól: 3.87 g; WW: 22.6 Por; Cholesterol: 97.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2559.15 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 95.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; suma cukrów prostych: 62.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g; Sól: 8.49 g; WW: 29.69 Por; Cholesterol: 248.62 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	pasta z wędliny drob. 100 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2392.64 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 104.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 250.98 g; suma cukrów prostych: 50.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; Sól: 9.22 g; WW: 21.6 Por; Cholesterol: 188.17 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 50 g, roszponka 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sałata zielona 20 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.23 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 290.86 g; suma cukrów prostych: 47.23 g; Błonnik pokarmowy: 39.47 g; Sól: 5.13 g; WW: 25.15 Por; Cholesterol: 382.42 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g, twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 g, pomidor 100 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2373.01 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 117.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 224.3 g; suma cukrów prostych: 40.12 g; Błonnik pokarmowy: 12.55 g; Sól: 2.17 g; WW: 21.2 Por; Cholesterol: 268.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), cukinia gotowana 100 g , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE.</u> ),		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), kielbasa biała 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g ,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2656.52 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 122.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 200.38 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Ściśła Police Chirurgia			
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,		kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,		kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,		

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

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS			
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU.</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna sztukowa 15g 1 szt , dynia gotowana ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,		kapuśniak z kisz. kap. b/ml 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU.</u> ), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g ( <u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> ), kalfior gotowany - ots 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU.</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE.</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ.</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		
				Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.61 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 86.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 299.63 g; suma cukrów prostych: 32.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; Sól: 4.2 g; WW: 27.19 Por; Cholesterol: 115.31 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS			
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU.</u> ),		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU.</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU.</u> ),		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,				Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE.</u> ),		

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

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj			
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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE.</u> ), cukinia gotowana 100 g ,		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , bitka z karkówki 80 g ( <u>GLU.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), kielbasa biała 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , musztarda 20 g ,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2656.52 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 122.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 200.38 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata			
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzynowy 300 ml ( <u>SEL</u> ), grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>SEL</u> ), grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,					Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.41 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 271.14 g; suma cukrów prostych: 139.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.9 g; Sól: 4.04 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 465.46 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna			
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),					Posiłek nocny: mandarynka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.24 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37 g; Węglowodany ogółem: 296.98 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; Sól: 5.47 g; WW: 27.96 Por; Cholesterol: 248.62 mg;