

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2429.04 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 107.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 257.97 g; suma cukrów prostych: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sól: 8.43 g; WW: 22.71 Por; Cholesterol: 295.34 mg;

<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2630.46 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 108.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; suma cukrów prostych: 52.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.76 Por; Cholesterol: 288.73 mg;

<b>niedziela 2026-05-03</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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> melon 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 102.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 258.71 g; suma cukrów prostych: 38.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.2 g; Sól: 7.98 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 269.93 mg;

<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> melon 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2229 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 98.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 237.53 g; suma cukrów prostych: 34.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.53 g; Sól: 5.5 g; WW: 21.75 Por; Cholesterol: 367.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,			
II Śniadanie: melon 150 g, biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.25 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 260.35 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g; Sól: 4.25 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 374.31 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), 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, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2455.91 kcal; Białko ogółem: 104.3 g; Tłuszcz: 89.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 300.58 g; suma cukrów prostych: 46.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; Sól: 6.52 g; WW: 28.21 Por; Cholesterol: 408.49 mg;

niedziela 2026-05-03			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, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752.55 kcal; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.2 g; Węglowodany ogółem: 168.75 g; suma cukrów prostych: 36.11 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; Sól: 4.74 g; WW: 15.49 Por; Cholesterol: 379.41 mg;

niedziela 2026-05-03			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, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1936.22 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 204.98 g; suma cukrów prostych: 37.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g; Sól: 4.91 g; WW: 18.95 Por; Cholesterol: 388.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: melon 150 g,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2477.72 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 305.4 g; suma cukrów prostych: 50.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Sól: 6.55 g; WW: 28.66 Por; Cholesterol: 408.49 mg;

niedziela 2026-05-03		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 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 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> ), papryka świeża 100 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.96 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 90.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 287.09 g; suma cukrów prostych: 32.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; Sól: 4.85 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 244.74 mg;

niedziela 2026-05-03		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, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1993.57 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 94.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.03 g; Węglowodany ogółem: 206.5 g; suma cukrów prostych: 62.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 5.73 g; WW: 16.9 Por; Cholesterol: 390.36 mg;

niedziela 2026-05-03		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, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.07 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 98.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.87 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; suma cukrów prostych: 67.26 g; Błonnik pokarmowy: 49.49 g; Sól: 7.36 g; WW: 24.49 Por; Cholesterol: 400.64 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE.</u> ), salata zielona 20 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</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 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.18 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 277.69 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; Sól: 4.6 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 199.66 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE.</u> ), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</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 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 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> ), papryka świeża 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2639.86 kcal; Białko ogółem: 130.1 g; Tłuszcz: 95.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 322.35 g; suma cukrów prostych: 44.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.3 g; Sól: 5.13 g; WW: 28.69 Por; Cholesterol: 264.74 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE.</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</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 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.54 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; suma cukrów prostych: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; Sól: 8.03 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 159.36 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE.</u> ), cukinia gotowana 100 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</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 koperkowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.19 kcal; Białko ogółem: 48.82 g; Tłuszcz: 88.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 322.64 g; suma cukrów prostych: 29.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.09 g; Sól: 4 g; WW: 30.63 Por; Cholesterol: 234.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.31 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 50.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 326.6 g; suma cukrów prostych: 47.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 7.34 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 165.76 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 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 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.98 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 304.84 g; suma cukrów prostych: 55.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Sól: 7.42 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 255.64 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 20 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotle drobiowy panierowane 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2854.11 kcal; Białko ogółem: 132.88 g; Tłuszcz: 112.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sól: 8.4 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 307.83 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml , szpinakowa z ryżem - 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.: 2144.84 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz: 130.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.33 g; Węglowodany ogółem: 135.28 g; suma cukrów prostych: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 6.95 g; Sól: 1.77 g; WW: 13.01 Por; Cholesterol: 1044.81 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml , szpinakowa z ryżem - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.24 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 130.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.3 g; Węglowodany ogółem: 146.53 g; suma cukrów prostych: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 7.87 g; Sól: 1.77 g; WW: 14.06 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2579.8 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 85.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; suma cukrów prostych: 56.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Sól: 7.93 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 256.84 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.01 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 85.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; suma cukrów prostych: 22 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sól: 7.37 g; WW: 26.95 Por; Cholesterol: 218.84 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sałata zielona 8g 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1750.01 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 60.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 220.27 g; suma cukrów prostych: 26.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 4.46 g; WW: 19.03 Por; Cholesterol: 289.46 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2569.74 kcal; Białko ogółem: 101.7 g; Tłuszcz: 112.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 303.52 g; suma cukrów prostych: 45.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Sól: 8.49 g; WW: 26.68 Por; Cholesterol: 297.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03		Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna	
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2046.38 kcal; Białko ogółem: 86.1 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; suma cukrów prostych: 41.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.38 Por; Cholesterol: 111.78 mg;

niedziela 2026-05-03		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA	
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , salata zielona 8g 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2131.78 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 267.01 g; suma cukrów prostych: 23.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.98 g; Sól: 5.97 g; WW: 23.07 Por; Cholesterol: 96.98 mg;

niedziela 2026-05-03		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA	
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> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 20 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.75 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 104.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 292.22 g; suma cukrów prostych: 31.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sól: 6.12 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 219.76 mg;

niedziela 2026-05-03		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 gotowany (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.97 kcal; Białko ogółem: 61.34 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 1.79 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 127.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.05 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 115 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 217.66 g; suma cukrów prostych: 17.71 g; Błonnik pokarmowy: 15.54 g; Sól: 2.66 g; WW: 20.33 Por; Cholesterol: 238.24 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.38 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 110.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 217.31 g; suma cukrów prostych: 16.68 g; Błonnik pokarmowy: 15.45 g; Sól: 2.83 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 125.73 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykl. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2468.97 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 125.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 227 g; suma cukrów prostych: 17.67 g; Błonnik pokarmowy: 14.95 g; Sól: .9 g; WW: 21.37 Por; Cholesterol: 250.64 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlna 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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 , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2243.98 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 93.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 79.4 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; suma cukrów prostych: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 41.18 g; Sól: 4.94 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 114.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2373.23 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 121.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 246.81 g; suma cukrów prostych: 16.68 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.09 Por; Cholesterol: 125.73 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,	zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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 , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.48 kcal; Białko ogółem: 67.03 g; Tłuszcz: 60.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 310.05 g; suma cukrów prostych: 46.4 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; Sól: 3.7 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 103.48 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.09 kcal; Białko ogółem: 47.57 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; suma cukrów prostych: 29.8 g; Błonnik pokarmowy: 15.39 g; Sól: 4 g; WW: 26.99 Por; Cholesterol: 209.28 mg;

niedziela 2026-05-03		
Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 79 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 7.13 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jablko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.26 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 261.94 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sól: 5.04 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 766.31 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</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> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.1 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sól: 3.05 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.49 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; suma cukrów prostych: 45.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; Sól: 6.98 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 223.64 mg;

niedziela 2026-05-03			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.: 841.8 kcal; Białko ogółem: 49.17 g; Tłuszcz: 28.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.48 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</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> , ), 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> , ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</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 gotowany 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> , ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

niedziela 2026-05-03			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.łt.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;

niedziela 2026-05-03			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.łt.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;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , ), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2351.93 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 57.19 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sól: 8.73 g; WW: 27.3 Por; Cholesterol: 444.33 mg;

niedziela 2026-05-03			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 gotowany (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.łt.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

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
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-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ),		kalaforowa 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 selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt,		chleb mieszany psz-żył. 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,	
II Śniadanie: gruszka 300 g,				Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.22 kcal; Białko ogółem: 78.1 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 814.73 kcal; Białko ogółem: 37.23 g; Tłuszcz: 30.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.05 g; Węglowodany ogółem: 101.5 g; suma cukrów prostych: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 7.9 g; Sól: .93 g; WW: 9.46 Por; Cholesterol: 113.63 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.42 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 290.09 g; suma cukrów prostych: 46.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g; Sól: 5.2 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 346.04 mg;

niedziela 2026-05-03			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, miód 2 szt. 50 g,		szpinakowa z ryżem - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,	
				Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.9 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; suma cukrów prostych: 45.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.99 g; Sól: 3.69 g; WW: 29.2 Por; Cholesterol: 103.48 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, paszтет sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, melon 150 g,		szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ),		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g,	
				Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 50794.08 kcal; Białko ogółem: 481.12 g; Tłuszcz: 177.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 95.42 g; Węglowodany ogółem: 11049.46 g; suma cukrów prostych: 4627.21 g; Błonnik pokarmowy: 1345.46 g; Sól: 853.53 g; WW: 980.17 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Podstawowa 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, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: melon 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1906.74 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 170.81 g; suma cukrów prostych: 31.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; Sól: 4.57 g; WW: 15.71 Por; Cholesterol: 358.08 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 20 g , ogórek świeży 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: melon 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.02 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 207.35 g; suma cukrów prostych: 32.65 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; Sól: 4.74 g; WW: 19.19 Por; Cholesterol: 367.16 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1948.91 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 196.03 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; Sól: 5.67 g; WW: 15.9 Por; Cholesterol: 390.36 mg;

niedziela 2026-05-03			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1950.31 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 294.1 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 44.48 g; Sól: 5.53 g; WW: 25.18 Por; Cholesterol: 111.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), rzodkiewka 40 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30 g, papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2063.06 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 269.87 g; suma cukrów prostych: 64.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.02 g; Sól: 5.33 g; WW: 22.22 Por; Cholesterol: 444.76 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany b/glutenowy 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2408.98 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 127.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.38 g; Węglowodany ogółem: 225.88 g; suma cukrów prostych: 57.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sól: 3.27 g; WW: 20.2 Por; Cholesterol: 393.44 mg;

niedziela 2026-05-03			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;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 150 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kottlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, 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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2429.04 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 107.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 257.97 g; suma cukrów prostych: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sól: 8.43 g; WW: 22.71 Por; Cholesterol: 295.34 mg;

niedziela 2026-05-03			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinakowa z ryżem - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE, 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.: 2170.61 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; suma cukrów prostych: 126.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.16 g; Sól: 1.73 g; WW: 26.32 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-03		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.41 kcal; Białko ogółem: 109.7 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 300.58 g; suma cukrów prostych: 46.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; Sól: 6.52 g; WW: 28.21 Por; Cholesterol: 408.49 mg;