

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 SZCZECIN		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-05-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Rukola 20 g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.16 kcal; Białko ogółem: 102.4 g; Tłuszcz: 102.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 273.18 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; Sól: 7.32 g; WW: 24.19 Por; Cholesterol: 829.71 mg;

środa 2026-05-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Rukola 20 g, kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka wiosenny mix 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2641.63 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 107.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 319.18 g; suma cukrów prostych: 74.9 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; Sól: 7.64 g; WW: 28.24 Por; Cholesterol: 849.71 mg;

środa 2026-05-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), banan 200 g,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2275.8 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 285.2 g; suma cukrów prostych: 90.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.97 g; Sól: 7.51 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 827.01 mg;

środa 2026-05-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2326.5 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; suma cukrów prostych: 86.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.31 Por; Cholesterol: 825.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g ,	bulka 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: banan 200 g , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2496 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; suma cukrów prostych: 105.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.61 Por; Cholesterol: 894.21 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), 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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2348.01 kcal; Białko ogółem: 114.4 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.9 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; suma cukrów prostych: 61.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 6.92 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 844.61 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 20 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1741.69 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 197.98 g; suma cukrów prostych: 79.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Sól: 5.08 g; WW: 17.96 Por; Cholesterol: 815.27 mg;

środa 2026-05-13 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 20 g ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1883.51 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 225.33 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; Sól: 5.29 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 824.61 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 20 g , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2425.01 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 325.75 g; suma cukrów prostych: 94.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.17 Por; Cholesterol: 844.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , wędlina 30 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2489.22 kcal; Białko ogółem: 125.72 g; Tłuszcz: 89.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 310.29 g; suma cukrów prostych: 45.46 g; Błonnik pokarmowy: 52.78 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.06 Por; Cholesterol: 368.86 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> , (<u>GLU</u>), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , papryka świeża 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2165.69 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 243.23 g; suma cukrów prostych: 66.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g; Sól: 7.28 g; WW: 21.16 Por; Cholesterol: 860.51 mg;

środa 2026-05-13 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , papryka świeża 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2442.89 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 92.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.44 g; Węglowodany ogółem: 304.19 g; suma cukrów prostych: 70.5 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 8.8 g; WW: 26.32 Por; Cholesterol: 861.71 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: kefir 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 fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.98 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 73.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.6 g; Węglowodany ogółem: 293.45 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Sól: 7.64 g; WW: 24.67 Por; Cholesterol: 323.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, Rukola 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, roszponka 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, wędlina 30 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2749.37 kcal; Białko ogółem: 138.6 g; Tłuszcz: 95.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 349.55 g; suma cukrów prostych: 57.71 g; Błonnik pokarmowy: 52.78 g; Sól: 8.31 g; WW: 30.01 Por; Cholesterol: 388.86 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2015.49 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 272.81 g; suma cukrów prostych: 39.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g; Sól: 9.55 g; WW: 24.96 Por; Cholesterol: 223.58 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), 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>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2013.23 kcal; Białko ogółem: 51.55 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 270.46 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 18.18 g; Sól: 4.17 g; WW: 25.35 Por; Cholesterol: 200.89 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2227.55 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; suma cukrów prostych: 89.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sól: 9.26 g; WW: 34.32 Por; Cholesterol: 327.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,			
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2558.99 kcal; Białko ogółem: 116.21 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 373.15 g; suma cukrów prostych: 87.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.11 Por; Cholesterol: 359.8 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), Rukola 20 g, kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, MLE, GOR</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka wiosenny mix 130 g, sos pomidorowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, rozspanka 20 g,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2673.56 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 110.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 308.44 g; suma cukrów prostych: 67.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 7.6 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 849.71 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml, selerowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2061.15 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 130.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.33 g; Węglowodany ogółem: 117.5 g; suma cukrów prostych: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.87 g; WW: 11.09 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, selerowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2106.55 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 130.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.3 g; Węglowodany ogółem: 128.75 g; suma cukrów prostych: 7.73 g; Błonnik pokarmowy: 9.47 g; Sól: 1.87 g; WW: 12.14 Por; Cholesterol: 1043.34 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2574.51 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 334.52 g; suma cukrów prostych: 77.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g; Sól: 9.63 g; WW: 31.29 Por; Cholesterol: 373.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), 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.: 2437.31 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 296.64 g; suma cukrów prostych: 39.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Sól: 9.54 g; WW: 27.33 Por; Cholesterol: 353.06 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1807.51 kcal; Białko ogółem: 102.7 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 190.55 g; suma cukrów prostych: 41.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 6.52 g; WW: 16.52 Por; Cholesterol: 594.8 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2369.71 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; suma cukrów prostych: 44.02 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Sól: 7.85 g; WW: 24.88 Por; Cholesterol: 840.11 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2109.47 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; suma cukrów prostych: 71.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Sól: 7.32 g; WW: 30.21 Por; Cholesterol: 224.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13			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, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,		selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka wiosenny mix 130 g, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),		chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g,		
				Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.26 kcal; Białko ogółem: 86.4 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.5 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; suma cukrów prostych: 60.22 g; Błonnik pokarmowy: 47.19 g; Sól: 5.29 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 697.25 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA			
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),		selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/jaj 90 g (<u>GLU</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, roszponka 20 g,		
				Posiłek nocny: papryka świeża 100 g, chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2351.71 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 306.85 g; suma cukrów prostych: 49.18 g; Błonnik pokarmowy: 49.36 g; Sól: 7.44 g; WW: 26.1 Por; Cholesterol: 303.07 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Atopowa			
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, ogórek świeży 150g 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g,		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt,		Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,		
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml,				Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, ryż na wodzie 200 ml,		

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

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g, pomidor 100 g,		
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2286.09 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 111.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; suma cukrów prostych: 33.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 4.1 g; WW: 20.22 Por; Cholesterol: 822.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (JAJ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta z fasoli 100 g (SOJ, ORZ, SEL, GOR), papryka świeża 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2193.61 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 104.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 235.05 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Sól: 2.26 g; WW: 21.1 Por; Cholesterol: 696.05 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (MLE), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (JAJ), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (MLE), serek wiejski 200 g (MLE), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , roszponka 20 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (MLE),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g (SOJ, ORZ, SEL, GOR),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2365.59 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; suma cukrów prostych: 33.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 4.1 g; WW: 20.22 Por; Cholesterol: 822.88 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (GLU), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU, JAJ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (GLU, SEL, może zawierać: GOR), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , roszponka 20 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (GLU), margaryna 5 g , papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g (SOJ, ORZ, SEL, GOR),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.83 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.7 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; suma cukrów prostych: 43.43 g; Błonnik pokarmowy: 52.71 g; Sól: 7.42 g; WW: 23.92 Por; Cholesterol: 698.75 mg;

środa 2026-05-13			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (JAJ), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (JAJ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , roszponka 20 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g (SOJ, ORZ, SEL, GOR),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2260.39 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 106.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 227.7 g; suma cukrów prostych: 32.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Sól: 4.02 g; WW: 20.08 Por; Cholesterol: 820 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), faszerowana papryka 2 szt. 500 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka wiosenny mix 130 g, sos serowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2449.94 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 108.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.9 g; Węglowodany ogółem: 287.14 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sól: 8.57 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 782.17 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1844.42 kcal; Białko ogółem: 48.97 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 271.24 g; suma cukrów prostych: 38.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Sól: 4.07 g; WW: 25.47 Por; Cholesterol: 188.49 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2219.75 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 31.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; Sól: 4.87 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2021.01 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 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, 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.łt.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;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2307.43 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 333.01 g; suma cukrów prostych: 71.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; Sól: 9.19 g; WW: 31.06 Por; Cholesterol: 341.06 mg;

środa 2026-05-13 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.łt.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;

środa 2026-05-13 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.łt.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;

środa 2026-05-13 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, SEL, 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, SEL, 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, SEL, 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.łt.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;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Ścisła 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, SEL, może zawierać: GOR</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 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</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 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;

środa 2026-05-13 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;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/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.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

środa 2026-05-13 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.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;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Pokrzykowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1623.19 kcal; Białko ogółem: 59.92 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 258.98 g; suma cukrów prostych: 97.26 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 3.82 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 92.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), surówka wiosenny mix 130 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 904.2 kcal; Białko ogółem: 51.49 g; Tłuszcz: 25.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.3 g; Węglowodany ogółem: 121.5 g; suma cukrów prostych: 18.26 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Sól: 2.43 g; WW: 10.76 Por; Cholesterol: 268.33 mg;

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2427.51 kcal; Białko ogółem: 119.8 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.9 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; suma cukrów prostych: 61.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 6.92 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 844.61 mg;

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), faszerowana papryka 2 szt. 500 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos serowy 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2449.94 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 108.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.9 g; Węglowodany ogółem: 287.14 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sól: 8.57 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 782.17 mg;

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 15 g , hummus szt 130 g (<u>SEZ, _</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Rukola 20 g ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL, _</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR, _</u>), papryka świeża 100 g , margaryna 10 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2463.23 kcal; Białko ogółem: 68.31 g; Tłuszcz: 113.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.2 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; suma cukrów prostych: 54.42 g; Błonnik pokarmowy: 50.34 g; Sól: 5.82 g; WW: 26.78 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2046.08 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 251.33 g; suma cukrów prostych: 82.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; Sól: 6.15 g; WW: 23.22 Por; Cholesterol: 815.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rosółka 20 g ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2187.9 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 278.68 g; suma cukrów prostych: 85 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Sól: 6.37 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 824.61 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rosółka 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2044.87 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 216.09 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g; Sól: 7.06 g; WW: 18.67 Por; Cholesterol: 851.17 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , rosółka 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 fasoli 100 g (<u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2287.72 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 299.87 g; suma cukrów prostych: 43.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.65 g; Sól: 8.18 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 650.25 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rosółka 20 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , wędlina 30 g , sałata zielona 20 g , kiwi 100 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.: 2147.31 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; suma cukrów prostych: 62.88 g; Błonnik pokarmowy: 44.97 g; Sól: 6.4 g; WW: 24.68 Por; Cholesterol: 739.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, papryka świeża 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2410.47 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 118.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.06 g; Węglowodany ogółem: 231.4 g; suma cukrów prostych: 59.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g; Sól: 4.67 g; WW: 21.51 Por; Cholesterol: 856.58 mg;

środa 2026-05-13 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;

środa 2026-05-13 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Rukola 20 g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.16 kcal; Białko ogółem: 102.4 g; Tłuszcz: 102.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 273.18 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; Sól: 7.32 g; WW: 24.19 Por; Cholesterol: 829.71 mg;

środa 2026-05-13 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>), selerowa z ziemniakami - 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.: 2086.92 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 259.04 g; suma cukrów prostych: 128.14 g; Błonnik pokarmowy: 16.76 g; Sól: 1.82 g; WW: 24.4 Por; Cholesterol: 467.6 mg;

środa 2026-05-13 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2427.51 kcal; Białko ogółem: 119.8 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.9 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; suma cukrów prostych: 61.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 6.92 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 844.61 mg;