

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie  | Obiad - Podwieczorek   | Kolacja - Posiłek nocny  |
| <b>poniedziałek 2026-06-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>   |  |  |
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.74 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.2 g; Węglowodany ogółem: 306.6 g; suma cukrów prostych: 91.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g; Sól: 6.75 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 168.77 mg;

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>poniedziałek 2026-06-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>  |  |  |
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 250 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2611.26 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 92.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; suma cukrów prostych: 112.59 g; Błonnik pokarmowy: 46.93 g; Sól: 7.07 g; WW: 32.15 Por; Cholesterol: 188.77 mg;

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>poniedziałek 2026-06-01</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 120 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>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.44 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 302.52 g; suma cukrów prostych: 93.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Sól: 7.04 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 169.97 mg;

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>poniedziałek 2026-06-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>  |  |  |
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> melon 150 g,  |  | <b>Posiłek nocny:</b> galaretką o smaku truskawkowym 200 g,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.19 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; suma cukrów prostych: 72.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Sól: 6.11 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 302.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż biały na sypko 200 g , |  | 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: melon 150 g ,  |  |  |  | Posiłek nocny: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426.04 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 66.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 370.4 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.6 g; Sól: 6.07 g; WW: 34.68 Por; Cholesterol: 249.43 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------|--|--|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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: sok pomidorowy 300 ml ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2482.17 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; suma cukrów prostych: 100.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; Sól: 7.82 g; WW: 33.71 Por; Cholesterol: 268.83 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
| 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 , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 50 ml ( <u>MLE</u> ), |  | 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: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1686.03 kcal; Białko ogółem: 73.1 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 218.4 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Błonnik pokarmowy: 15.92 g; Sól: 4.53 g; WW: 20.45 Por; Cholesterol: 233.62 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), |   | 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: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.28 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 287.78 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; Sól: 4.76 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 248.83 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), |  | 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: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2609.98 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.87 g; Węglowodany ogółem: 389.45 g; suma cukrów prostych: 96.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; Sól: 6.4 g; WW: 36.72 Por; Cholesterol: 268.83 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji   |   |   |
|---|---|---|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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> ),   | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.4 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; suma cukrów prostych: 40.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.99 g; Sól: 10.07 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 192.31 mg;

| poniedziałek 2026-06-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,           |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.31 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 90.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.12 g; Węglowodany ogółem: 255.89 g; suma cukrów prostych: 57.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 10.19 g; WW: 22.19 Por; Cholesterol: 348.99 mg;

| poniedziałek 2026-06-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, | 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,            |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2481.51 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 92.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g; Sól: 11.71 g; WW: 27.35 Por; Cholesterol: 350.19 mg;

| poniedziałek 2026-06-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.4 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.8 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; suma cukrów prostych: 33.97 g; Błonnik pokarmowy: 40.99 g; Sól: 9.83 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 180.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) |
|---|---|--|---|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,   |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.28 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; suma cukrów prostych: 52.92 g; Błonnik pokarmowy: 43.41 g; Sól: 10.35 g; WW: 27.67 Por; Cholesterol: 245.39 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu |
|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,       |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2172.22 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; suma cukrów prostych: 29.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; Sól: 9.8 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 128.01 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa |
|---|---|--|---|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                     |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.49 kcal; Białko ogółem: 50.77 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.57 g; Sól: 4.82 g; WW: 26.08 Por; Cholesterol: 150.14 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu |
|---|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |   |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                            |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.04 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 389.67 g; suma cukrów prostych: 119.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Sól: 5.29 g; WW: 36.5 Por; Cholesterol: 145.15 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego |
|---|---|---|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |  |
|   |   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2531.93 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 393.09 g; suma cukrów prostych: 111.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 5.66 g; WW: 36.68 Por; Cholesterol: 145.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa |  |  |  |
|--|--|--|-------------------------------------|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), |                                     | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek do smarowania smakowy 80 g, |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |  |                                     |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2774.34 kcal; Białko ogółem: 116.3 g; Tłuszcz: 109.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; suma cukrów prostych: 99.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g; Sól: 5.76 g; WW: 30.22 Por; Cholesterol: 244.27 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona |  |   |  |
|--|--|--|--|--|---|--|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  |  | płynna - obiad 600 ml, zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |  | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |   |  |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |  |  | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.42 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 130.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 7 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.49 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Papkowata |   |  |  |
|---|--|--|--------------------------------|---|--|--|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   |  | papkowata - obiad 650 ml, zupa ziemniaczana - 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.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona |   |   |  |
|--|--|---|-----------------------------------|---|---|--|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, cukinia gotowana 130 g, |                                   | 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, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |   |  |
|  |  |   |                                   |   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2539.59 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 341.66 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sól: 9.62 g; WW: 31.73 Por; Cholesterol: 217.89 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, |   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |   |   |   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.96 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; suma cukrów prostych: 30.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; Sól: 9.46 g; WW: 26.92 Por; Cholesterol: 185.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, | chleb razowy 90 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: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1742.73 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 193.31 g; suma cukrów prostych: 36.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 9.53 g; WW: 16.47 Por; Cholesterol: 281.01 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa |  |  |
|--|--|---|--------------------------------------|--|--|
| 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, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | 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, |                                      |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,  |                                      |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2317 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 92.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 306.85 g; suma cukrów prostych: 88.54 g; Błonnik pokarmowy: 43.09 g; Sól: 5.99 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 195.07 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.05 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.61 g; Węglowodany ogółem: 309.42 g; suma cukrów prostych: 84.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.8 g; Sól: 6.38 g; WW: 27.43 Por; Cholesterol: 55.06 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100 g, roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
|   |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, ogórek świeży 100 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.24 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.1 g; Węglowodany ogółem: 280.86 g; suma cukrów prostych: 41.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 7.59 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 56.56 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.84 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; suma cukrów prostych: 102.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sól: 5.3 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 168.77 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Atopowa |  |  |
|---|--|--|------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , |  | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , |                              | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |  |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,  |  |  |                              | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,            |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1685.39 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.89 g; Sól: 2.61 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN |   |  |
|---|--|--|---|---|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), |   | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
|   |  |  |   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.41 kcal; Białko ogółem: 77.5 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; suma cukrów prostych: 71.7 g; Błonnik pokarmowy: 15.88 g; Sól: 3.12 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 231.08 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , melon 150 g , |  | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , |  | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
|  |  |  |  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1978.45 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 86.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.19 g; Węglowodany ogółem: 227.04 g; suma cukrów prostych: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 13.9 g; Sól: 4.5 g; WW: 21.39 Por; Cholesterol: 55.06 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN |  |  |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , |   | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 97.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 207.52 g; suma cukrów prostych: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g; Sól: 6.29 g; WW: 19.02 Por; Cholesterol: 180.14 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , |  | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |  |  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1842.74 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.25 g; Węglowodany ogółem: 256.2 g; suma cukrów prostych: 25.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.27 g; Sól: 7.89 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 57.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , roszpinka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1966.94 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 87.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.44 g; Węglowodany ogółem: 221.64 g; suma cukrów prostych: 17.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g; Sól: 4.47 g; WW: 20.17 Por; Cholesterol: 55.06 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszpinka 20 g , dżem owocowy 50 g , | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sałatka z pomidorów i koperku 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 do smarowania smakowy 80 g , Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |                                    |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,   |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.23 kcal; Białko ogółem: 73.3 g; Tłuszcz: 82.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g; Sól: 5.59 g; WW: 26.69 Por; Cholesterol: 129.93 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |  |  |
|---|--|--|------------------------------------|--|--|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |                                    |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                        |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1903.99 kcal; Białko ogółem: 45.37 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.57 g; Sól: 4.82 g; WW: 26.08 Por; Cholesterol: 150.14 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/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 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1901.5 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.3 g; Węglowodany ogółem: 244.43 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Błonnik pokarmowy: 40.05 g; Sól: 7.94 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |   | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |   |  |  |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,   |  | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                 |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.3 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | 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;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS |  |  |
|---|---|--|---|--|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | krupnik z ziemniakami - dieta OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g, ryba gotowana OTS 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy OTS 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa OTS 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, |   |  |  |
|   |   | Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką OTS 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty OTS 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2992.17 kcal; Białko ogółem: 140.33 g; Tłuszcz: 124.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 5.19 g; WW: 30.7 Por; Cholesterol: 814.19 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |  | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa |  |  |
|---|--|--|-------------------------------------|--|--|
| 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 25 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 250 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), |                                     |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |                                     |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2492.52 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 389.88 g; suma cukrów prostych: 119.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Sól: 5.29 g; WW: 36.53 Por; Cholesterol: 215.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | krupnik z ziemniakami - dieta OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g, ryba gotowana OTS 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy OTS 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa z bulgą tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa OTS 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, sok pomidorowy - ots 300 ml, |  |  |  |
|   |   |   | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),      |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2757.29 kcal; Białko ogółem: 148.03 g; Tłuszcz: 131.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 266.7 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Sól: 6.58 g; WW: 23.44 Por; Cholesterol: 788.69 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | 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;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | 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;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), 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> ), 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> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</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;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), 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> ), 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, | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.tł.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;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |   | Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                        |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |  |  |  |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),  |   |   | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml, |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Bariatryczna  |  |   |
|--|--|---|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ),<br>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 kukurydzina 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;

| poniedziałek 2026-06-01 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;

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny   |   |  |
|---|---|--|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | 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;

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa  |  |  |
|---|--|--|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,  |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |  |  |
|--|--|--|
|  | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 240 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb mieszany psz-żyt. 120 g ( <u>GLU</u> ), musztarda 20 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1051.46 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 96.62 g; suma cukrów prostych: 8.77 g; Błonnik pokarmowy: 11.95 g; Sól: 5.63 g; WW: 8.55 Por; Cholesterol: 158.21 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|---|---|--|---|--|--|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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: sok pomidorowy 300 ml,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2561.67 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 76.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; suma cukrów prostych: 100.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; Sól: 7.82 g; WW: 33.71 Por; Cholesterol: 268.83 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, melon 150 g, | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sałatka z pomidorów i koperku 130 g, sos pomidorowy 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 do smarowania smakowy 80 g, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.04 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Błonnik pokarmowy: 43.3 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.24 Por; Cholesterol: 141.93 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, paszlet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 g ( <u>GLU</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sałatka z pomidorów i koperku 130 g, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus z ciecierzycy 100 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g, |  |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: melon 150 g, sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1931.71 kcal; Białko ogółem: 47.13 g; Tłuszcz: 69.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; suma cukrów prostych: 66.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sól: 5.95 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat) |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 50 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: melon 150 g,   |   | Posiłek nocny: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1838.26 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 236.57 g; suma cukrów prostych: 44.62 g; Błonnik pokarmowy: 17.55 g; Sól: 4.94 g; WW: 22.06 Por; Cholesterol: 246.45 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: melon 150 g,   |  | Posiłek nocny: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.09 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Sól: 5.19 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 289.83 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata) |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , | 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,          |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                     |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2019.82 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 91.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 207.53 g; suma cukrów prostych: 56.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g; Sól: 10.46 g; WW: 17.79 Por; Cholesterol: 354.11 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , sałatka z pomidorów i koperku 130 g , 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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1974.43 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 262.3 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g; Sól: 5.88 g; WW: 22.26 Por; Cholesterol: 143.53 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,      |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30 g , sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,    |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.17 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; suma cukrów prostych: 52.45 g; Błonnik pokarmowy: 44.06 g; Sól: 9.28 g; WW: 23.79 Por; Cholesterol: 714.51 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca |  |  |
|---|--|---|---|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , | 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 , Rukola 20 g , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,           |  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                      |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2439.75 kcal; Białko ogółem: 107.1 g; Tłuszcz: 117.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.68 g; Węglowodany ogółem: 247.51 g; suma cukrów prostych: 50.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.16 g; Sól: 7.79 g; WW: 22.87 Por; Cholesterol: 329.04 mg;

| poniedziałek 2026-06-01                        |  |  | 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | krupnik z ziemniakami b/ml -dieta OTS 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g, ryba gotowana OTS 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml OTS 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana OTS 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa OTS 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, |  |  |  |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1904.97 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 217.84 g; suma cukrów prostych: 34.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; Sól: 4.92 g; WW: 18.7 Por; Cholesterol: 144.17 mg;

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

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

| poniedziałek 2026-06-01  |  |  | Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| 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> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa gulaszowa 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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, Rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.74 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.2 g; Węglowodany ogółem: 306.6 g; suma cukrów prostych: 91.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g; Sól: 6.75 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 168.77 mg;

| poniedziałek 2026-06-01   |   |  | 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> ), zupa ziemniaczana - 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, |   |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,  |   | <b>Posiłek nocny:</b> budyni o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.19 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; suma cukrów prostych: 127.08 g; Błonnik pokarmowy: 15.21 g; Sól: 1.74 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

| poniedziałek 2026-06-01  |   |  | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| płatki owsiane 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | 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, |  |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2561.67 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 76.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; suma cukrów prostych: 100.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; Sól: 7.82 g; WW: 33.71 Por; Cholesterol: 268.83 mg;