

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2026-06-20</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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2421.26 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; suma cukrów prostych: 41 g; Błonnik pokarmowy: 50.27 g; Sól: 7.96 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 339.45 mg;

<b>sobota 2026-06-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2600.4 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 98.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; suma cukrów prostych: 59.51 g; Błonnik pokarmowy: 51.4 g; Sól: 7.74 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 359.45 mg;

<b>sobota 2026-06-20</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> ), musztarda 20g, wędlina 50g, sałata zielona 8g 8g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Mus z jabłek z/c 150 g,	<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.52 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 323.2 g; suma cukrów prostych: 94.33 g; Błonnik pokarmowy: 54.47 g; Sól: 7.47 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 398 mg;

<b>sobota 2026-06-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Mus z truskawek 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2140.82 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g; Sól: 5.06 g; WW: 24.91 Por; Cholesterol: 409.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.52 kcal; Białko ogółem: 145.74 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 304.78 g; suma cukrów prostych: 88 g; Błonnik pokarmowy: 37.76 g; Sól: 5.69 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 536.23 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 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 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2207.2 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 65.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; suma cukrów prostych: 43.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; Sól: 5.07 g; WW: 28.48 Por; Cholesterol: 335.16 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 200 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 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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1626.63 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 200.39 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; Sól: 3.35 g; WW: 18.26 Por; Cholesterol: 375.88 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 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 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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1797.43 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 234.72 g; suma cukrów prostych: 65.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.27 g; Sól: 3.5 g; WW: 21.51 Por; Cholesterol: 384.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2367.18 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 339.14 g; suma cukrów prostych: 78.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.7 Por; Cholesterol: 404.16 mg;

sobota 2026-06-20			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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 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 pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; suma cukrów prostych: 39.87 g; Błonnik pokarmowy: 46.8 g; Sól: 6.97 g; WW: 25.7 Por; Cholesterol: 251.7 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.86 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 97.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.73 g; Węglowodany ogółem: 253.36 g; suma cukrów prostych: 76.34 g; Błonnik pokarmowy: 52.03 g; Sól: 5.99 g; WW: 20.4 Por; Cholesterol: 678.33 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2571.06 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 99.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.09 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; suma cukrów prostych: 80.18 g; Błonnik pokarmowy: 61.63 g; Sól: 7.51 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 679.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 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> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.03 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 314.05 g; suma cukrów prostych: 40.55 g; Błonnik pokarmowy: 54.14 g; Sól: 7.64 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 231.87 mg;

sobota 2026-06-20			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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2775.46 kcal; Białko ogółem: 137.17 g; Tłuszcz: 95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 353.41 g; suma cukrów prostych: 52.88 g; Błonnik pokarmowy: 54.14 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.14 Por; Cholesterol: 284.95 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2097.91 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; suma cukrów prostych: 22.2 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 5.22 g; WW: 28.65 Por; Cholesterol: 192.08 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana 130 g,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.2 kcal; Białko ogółem: 52.73 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 20.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g; Sól: 1.2 g; WW: 29.25 Por; Cholesterol: 229.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: Mus z jabłek z/c 150 g, wafle ryżowe 50 g,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.12 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; suma cukrów prostych: 69.91 g; Błonnik pokarmowy: 42.74 g; Sól: 4.24 g; WW: 30.26 Por; Cholesterol: 179.68 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2337.63 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 316.36 g; suma cukrów prostych: 46.8 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sól: 4.62 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 248.04 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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> ), paszтет zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2636.83 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 97.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; suma cukrów prostych: 63.88 g; Błonnik pokarmowy: 46.71 g; Sól: 7.61 g; WW: 30.44 Por; Cholesterol: 416.45 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU</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.: 2119.11 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 130.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 131.47 g; suma cukrów prostych: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.26 g; Sól: 1.75 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</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.: 2164.51 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 130.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.75 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1041.21 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysiwka z ziemniakami - dieta 400 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 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,		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, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2607.61 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; suma cukrów prostych: 67.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; Sól: 4.87 g; WW: 33.62 Por; Cholesterol: 245.96 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów			
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		grysiwka z ziemniakami - dieta 400 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 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,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2525.93 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 94.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; suma cukrów prostych: 25.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 269.46 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca			
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1673.5 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 202.19 g; suma cukrów prostych: 41.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 4.8 g; WW: 16.89 Por; Cholesterol: 293.67 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2505.91 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 97.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; suma cukrów prostych: 48.04 g; Błonnik pokarmowy: 52.68 g; Sól: 8.66 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 365.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20		
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 , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), wafle ryżowe 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.37 kcal; Białko ogółem: 101.5 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.48 g; Węglowodany ogółem: 295.76 g; suma cukrów prostych: 41.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; Sól: 4.46 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 111.78 mg;

sobota 2026-06-20		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.9 kcal; Białko ogółem: 125.44 g; Tłuszcz: 80.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.31 g; Węglowodany ogółem: 278.84 g; suma cukrów prostych: 51.42 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; Sól: 7.08 g; WW: 23.88 Por; Cholesterol: 225.06 mg;

sobota 2026-06-20		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2422.27 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 98.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; suma cukrów prostych: 45.09 g; Błonnik pokarmowy: 44.61 g; Sól: 6.72 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 213.92 mg;

sobota 2026-06-20		
Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2050.44 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.75 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2334.6 kcal; Białko ogółem: 119.1 g; Tłuszcz: 119.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.3 g; Węglowodany ogółem: 206.83 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 3.72 g; WW: 18.7 Por; Cholesterol: 372.13 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), margaryna 10 g , chleb bezglutenowy 30 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.31 kcal; Białko ogółem: 128.19 g; Tłuszcz: 112.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56 g; Węglowodany ogółem: 220.96 g; suma cukrów prostych: 42.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; Sól: 3.67 g; WW: 20.24 Por; Cholesterol: 251.46 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2440.2 kcal; Białko ogółem: 130.85 g; Tłuszcz: 115.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 227.29 g; suma cukrów prostych: 30.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; Sól: 3.72 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 359.73 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa zielona gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.9 kcal; Białko ogółem: 128.17 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.6 g; Węglowodany ogółem: 276.16 g; suma cukrów prostych: 32.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.56 g; Sól: 7.29 g; WW: 23.47 Por; Cholesterol: 226.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , fasolka szparagowa zielona gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.23 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 107.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.31 g; Węglowodany ogółem: 222.3 g; suma cukrów prostych: 21.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.6 g; Sól: 3.19 g; WW: 20.3 Por; Cholesterol: 125.73 mg;

sobota 2026-06-20 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kottlet z brokuła 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.28 kcal; Białko ogółem: 72.93 g; Tłuszcz: 94.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; suma cukrów prostych: 58.56 g; Błonnik pokarmowy: 51.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 217.82 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana 130 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1898.73 kcal; Białko ogółem: 55.33 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 260.5 g; suma cukrów prostych: 20.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g; Sól: 1.12 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 187.85 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,	Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.67 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 53.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 263.89 g; suma cukrów prostych: 39.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; Sól: 4.37 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 266.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jablko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2148.79 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 5.13 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 796.06 mg;

sobota 2026-06-20			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;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jablek z/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), galaretko o smaku truskawkowym ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
				Posiłek nocny: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3254.02 kcal; Białko ogółem: 143.36 g; Tłuszcz: 142.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.18 g; Węglowodany ogółem: 354.28 g; suma cukrów prostych: 46.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; Sól: 6.23 g; WW: 32.75 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 100 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 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 jablek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),	
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.91 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; Sól: 4.2 g; WW: 27.58 Por; Cholesterol: 212.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			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> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ), kasza kukurydziana na mleku OTS 300 g ( <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2984.02 kcal; Białko ogółem: 148.87 g; Tłuszcz: 146.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.09 g; Węglowodany ogółem: 282.44 g; suma cukrów prostych: 36.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.6 g; Sól: 5.97 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 1391.69 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
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 ,	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: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),			

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

sobota 2026-06-20			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> ),			
<b>II Śniadanie:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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

sobota 2026-06-20 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 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.łt.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

sobota 2026-06-20 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, SEL, 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, ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.67 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

sobota 2026-06-20 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 , kalefiorka 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 400 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1766.53 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw.łt.nas.ogółem: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 245.91 g; suma cukrów prostych: 20.32 g; Błonnik pokarmowy: 14.61 g; Sól: 1.58 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ),	kalefiorka z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), , filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

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

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ</u> , <u>MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), Kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 240 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), musztarda 20 g , chleb mieszany psz-żył. 120 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1280.49 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw.łt.nas.ogółem: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 138.67 g; suma cukrów prostych: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; Sól: 6.29 g; WW: 11.93 Por; Cholesterol: 160.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.7 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 67.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.78 Por; Cholesterol: 404.16 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kottlet z brokuła 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.28 kcal; Białko ogółem: 72.93 g; Tłuszcz: 94.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; suma cukrów prostych: 58.56 g; Błonnik pokarmowy: 51.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 217.82 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus szt 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kottlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchewka gotowana 130 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2201.23 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42 g; Węglowodany ogółem: 310.1 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g; Sól: 5.67 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1862.27 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 238.24 g; suma cukrów prostych: 71.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; Sól: 4.56 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 393.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2140.82 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g; Sól: 5.06 g; WW: 24.91 Por; Cholesterol: 409.45 mg;

sobota 2026-06-20		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,	grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.21 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 93.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.09 g; Węglowodany ogółem: 213.93 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Błonnik pokarmowy: 46.44 g; Sól: 5.49 g; WW: 16.98 Por; Cholesterol: 663.43 mg;

sobota 2026-06-20		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> ), hummus szt 130 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2603.98 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 98.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; suma cukrów prostych: 38.5 g; Błonnik pokarmowy: 45.43 g; Sól: 6.64 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 177.12 mg;

sobota 2026-06-20		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), fasolka szparagowa zielona gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), pomidor 100 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2057.82 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 267.98 g; suma cukrów prostych: 71.28 g; Błonnik pokarmowy: 51.54 g; Sól: 5.59 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 493.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,		zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.77 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 123.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.21 g; Węglowodany ogółem: 223.11 g; suma cukrów prostych: 69.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.4 g; Sól: 2.82 g; WW: 19.71 Por; Cholesterol: 660.68 mg;

sobota 2026-06-20			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;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS			
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		kalafiorowa z ziemniakami b/ml ots 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), fasolka szparagowa gotowana OTS 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), galaretka o smaku truskawkowym ots 200 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),		
				Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2652.94 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 115.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 285.6 g; suma cukrów prostych: 48.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; Sól: 4.27 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 1252.49 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS			
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,				Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		

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

sobota 2026-06-20			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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2421.26 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; suma cukrów prostych: 41 g; Błonnik pokarmowy: 50.27 g; Sól: 7.96 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 339.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.88 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 273.01 g; suma cukrów prostych: 125.94 g; Błonnik pokarmowy: 15.46 g; Sól: 1.7 g; WW: 25.9 Por; Cholesterol: 465.46 mg;

sobota 2026-06-20			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.7 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 67.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.78 Por; Cholesterol: 404.16 mg;