

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g, bigos z kapusty mieszanej 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>), jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2440.1 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; suma cukrów prostych: 85.22 g; Błonnik pokarmowy: 48.6 g; Sól: 16.9 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 384.23 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), bigos z kapusty mieszanej 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 250 g, jabłko 150 g,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2734.87 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 97.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 53.69 g; Sól: 17.22 g; WW: 31.41 Por; Cholesterol: 404.23 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), rzodkiewka 40 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2326.99 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 82.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 297.5 g; suma cukrów prostych: 56.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.89 g; Sól: 6.87 g; WW: 25.91 Por; Cholesterol: 317.16 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2373.22 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 368.12 g; suma cukrów prostych: 87.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sól: 7.74 g; WW: 34.22 Por; Cholesterol: 204.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Naleśniki z serem 240 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 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), nektarynka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2796.2 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 432.22 g; suma cukrów prostych: 113.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 8.08 g; WW: 40.52 Por; Cholesterol: 349.05 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 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> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2360.87 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 302 g; suma cukrów prostych: 60.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Sól: 6 g; WW: 28 Por; Cholesterol: 334.76 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 50 ml (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: melon 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1523.97 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 201.31 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.37 g; Sól: 6.27 g; WW: 18.63 Por; Cholesterol: 164.06 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: melon 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1935.32 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 273.6 g; suma cukrów prostych: 74.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Sól: 6.47 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 203.45 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: melon 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2492.12 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; suma cukrów prostych: 87.1 g; Błonnik pokarmowy: 24.2 g; Sól: 8.11 g; WW: 35.55 Por; Cholesterol: 223.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE.</u>), szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR.</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL.</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL.</u>), papryka świeża 100 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, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL.</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.84 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Błonnik pokarmowy: 41.99 g; Sól: 7.43 g; WW: 26.83 Por; Cholesterol: 273.78 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR.</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ.</u>), sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2046.21 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 81.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 235.44 g; suma cukrów prostych: 58.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sól: 6.45 g; WW: 20.31 Por; Cholesterol: 568.44 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR.</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL.</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ.</u>), melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2323.41 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 296.4 g; suma cukrów prostych: 62.61 g; Błonnik pokarmowy: 44.62 g; Sól: 7.97 g; WW: 25.47 Por; Cholesterol: 569.64 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL.</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE.</u>), papryka świeża 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL.</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2260.47 kcal; Białko ogółem: 112.6 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; suma cukrów prostych: 40.64 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g; Sól: 17.2 g; WW: 24.82 Por; Cholesterol: 282.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sałata zielona 8g 8 g , szczypiorek 20 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , 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, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL, _</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2698.53 kcal; Białko ogółem: 131.84 g; Tłuszcz: 96.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; suma cukrów prostych: 59.34 g; Błonnik pokarmowy: 43.45 g; Sól: 17.72 g; WW: 29.52 Por; Cholesterol: 347.26 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), dynia gotowana 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1962.57 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 274.05 g; suma cukrów prostych: 31.9 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sól: 6.04 g; WW: 24.6 Por; Cholesterol: 192.08 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE, _</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2003.52 kcal; Białko ogółem: 55.24 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 274.66 g; suma cukrów prostych: 31.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; Sól: 3.08 g; WW: 25.2 Por; Cholesterol: 229.28 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2237.82 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.76 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; suma cukrów prostych: 79.71 g; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; Sól: 7.4 g; WW: 30.48 Por; Cholesterol: 205.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2601.54 kcal; Białko ogółem: 118.9 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 361.47 g; suma cukrów prostych: 63.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sól: 7.57 g; WW: 33.71 Por; Cholesterol: 298.44 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), bigos z kapusty mieszanej 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , jabłko 150 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2766.8 kcal; Białko ogółem: 118.67 g; Tłuszcz: 99.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; suma cukrów prostych: 97.47 g; Błonnik pokarmowy: 48.6 g; Sól: 17.18 g; WW: 30.82 Por; Cholesterol: 404.23 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),	płynna - obiad 600 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),

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

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),	papkowata - obiad 650 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.51 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 130.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.75 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1041.21 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2637.02 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; suma cukrów prostych: 75.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sól: 6.66 g; WW: 31.87 Por; Cholesterol: 299.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2467.84 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 299.51 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Sól: 6.37 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 267.76 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1813.78 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 228.45 g; suma cukrów prostych: 41.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Sól: 7.37 g; WW: 19.15 Por; Cholesterol: 249.8 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2366.25 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 88.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.3 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g; Sól: 17.36 g; WW: 25.79 Por; Cholesterol: 327.26 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, wędlina 100 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt, jabłko pieczone 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.99 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.61 g; Węglowodany ogółem: 298.32 g; suma cukrów prostych: 92.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Sól: 7.42 g; WW: 25.95 Por; Cholesterol: 248.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL,</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posilek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2222.85 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 285.37 g; suma cukrów prostych: 43.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Sól: 5.09 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 248.56 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,
		Posilek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2462.34 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 91.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 316.71 g; suma cukrów prostych: 46.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.85 g; Sól: 17.23 g; WW: 27.53 Por; Cholesterol: 289.88 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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) 90 g (<u>GLU,</u>), brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posilek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

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

poniedziałek 2026-07-20 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>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 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>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,
		Posilek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2266.91 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 116.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 213.88 g; suma cukrów prostych: 31.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.86 g; Sól: 13.56 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 322.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2274.78 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 112.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 224.02 g; suma cukrów prostych: 38.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g; Sól: 1.94 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 276.46 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2309.01 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 114.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 213.84 g; suma cukrów prostych: 31.63 g; Błonnik pokarmowy: 19.86 g; Sól: 13.56 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 309.96 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.58 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 264.22 g; suma cukrów prostych: 31.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.7 g; Sól: 6.61 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 248.56 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , szczypiorek 20 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>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), Rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2046.45 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 97.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.32 g; Węglowodany ogółem: 216.5 g; suma cukrów prostych: 28.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; Sól: 2.98 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 150.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 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>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2537.58 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 367.49 g; suma cukrów prostych: 66.24 g; Błonnik pokarmowy: 41.89 g; Sól: 7.09 g; WW: 32.92 Por; Cholesterol: 270.88 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dynia gotowana 100 g,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1909.6 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz: 67.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 269.17 g; suma cukrów prostych: 37.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g; Sól: 1.15 g; WW: 25.28 Por; Cholesterol: 179.6 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), 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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),

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

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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 8g,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, kakao proszek 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.34 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 260.19 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.21 Por; Cholesterol: 812.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2433.71 kcal; Białko ogółem: 100.1 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 343.67 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 275.76 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>),	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 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>),
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;

poniedziałek 2026-07-20 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 kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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, 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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kakao proszek 30 g , bobwita 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.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 2026-07-20 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 , 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 2026-07-20 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, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</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.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 250 g , bigos z kapusty mieszanej 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>), jabłko 150 g , kielbasa śląska wieprzowa na ciepło 150 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 933.49 kcal; Białko ogółem: 57.2 g; Tłuszcz: 32.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 105.86 g; suma cukrów prostych: 33.3 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g; Sól: 3.69 g; WW: 8.3 Por; Cholesterol: 135.78 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2616.94 kcal; Białko ogółem: 121.1 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; suma cukrów prostych: 60.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; Sól: 6.83 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 334.76 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2494.8 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 97.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; suma cukrów prostych: 43.09 g; Błonnik pokarmowy: 43.01 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 138.58 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL,</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , rzodkiewka 40 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g (<u>SEL,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ,</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 10 g , salata zielona 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), nektarynka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2228.4 kcal; Białko ogółem: 58.37 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; suma cukrów prostych: 58.47 g; Błonnik pokarmowy: 43.28 g; Sól: 5.22 g; WW: 27.5 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 50 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1827.26 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 52.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 266.35 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g; Sól: 6.78 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 164.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2242.6 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; suma cukrów prostych: 87.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.84 Por; Cholesterol: 203.45 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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>), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), szczypiorek 20 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1873.97 kcal; Białko ogółem: 100.8 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 200.85 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.8 g; Sól: 6.3 g; WW: 17.05 Por; Cholesterol: 560.16 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2488.05 kcal; Białko ogółem: 68.93 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; suma cukrów prostych: 33 g; Błonnik pokarmowy: 45.91 g; Sól: 5.85 g; WW: 28.32 Por; Cholesterol: 122.88 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
margaryna 15 g, wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), szczypiorek 20 g,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, filet z indyka gotowany 100 g, sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1927.31 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.57 g; Węglowodany ogółem: 253.25 g; suma cukrów prostych: 47.26 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g; Sól: 4.99 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 429.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 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>), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g , szczypiorek 20 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pulpet drobiowy gotowany b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , ,), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2285.97 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 112.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.5 g; Węglowodany ogółem: 217.49 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g; Sól: 3.95 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 564.04 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , bigos z kapusty mieszanej 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2440.1 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; suma cukrów prostych: 85.22 g; Błonnik pokarmowy: 48.6 g; Sól: 16.9 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 384.23 mg;

poniedziałek 2026-07-20 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>), grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2172.98 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; suma cukrów prostych: 130.21 g; Błonnik pokarmowy: 15.48 g; Sól: 1.7 g; WW: 26.69 Por; Cholesterol: 465.46 mg;

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2616.94 kcal; Białko ogółem: 121.1 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; suma cukrów prostych: 60.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; Sól: 6.83 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 334.76 mg;