

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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 ,	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>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), ketchup 20 g (<u>SEL,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.54 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 107.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 270.49 g; suma cukrów prostych: 43.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Sól: 7.53 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 304.77 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE,</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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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 ,	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>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL,</u>), sałata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2634.12 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 112.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Błonnik pokarmowy: 41.86 g; Sól: 7.85 g; WW: 27.82 Por; Cholesterol: 324.77 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL,</u>), sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>), Płatki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ,</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 85.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 295.64 g; suma cukrów prostych: 57.73 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 8.77 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 251.51 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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 ,	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>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), ketchup 20 g (<u>SEL,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: galaretko o smaku truskawkowym 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2630.87 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 104.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 329.81 g; suma cukrów prostych: 43.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Sól: 6 g; WW: 30.43 Por; Cholesterol: 298.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>, <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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 ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>, <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2508.62 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 318.62 g; suma cukrów prostych: 43.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Sól: 5.8 g; WW: 29.33 Por; Cholesterol: 271.82 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2316.24 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 290.77 g; suma cukrów prostych: 52.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Sól: 7.02 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 257.11 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>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 , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1750.08 kcal; Białko ogółem: 82.4 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 188.32 g; suma cukrów prostych: 36.38 g; Błonnik pokarmowy: 17.17 g; Sól: 3.87 g; WW: 17.37 Por; Cholesterol: 200.95 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>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 , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1950.46 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 206.07 g; suma cukrów prostych: 37.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g; Sól: 3.99 g; WW: 19.06 Por; Cholesterol: 243.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2555.32 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 322.07 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sól: 5.69 g; WW: 30.28 Por; Cholesterol: 263.11 mg;

wtorek 2026-07-21 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2304.31 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 86.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; suma cukrów prostych: 49.82 g; Błonnik pokarmowy: 48.32 g; Sól: 6.55 g; WW: 23.6 Por; Cholesterol: 306.43 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>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, sos własny mięsny 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
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>), rzodkiewka 40 g, kiwi 100 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>), wędlina 30 g, Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1970.07 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 216.98 g; suma cukrów prostych: 59.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g; Sól: 4.8 g; WW: 18.65 Por; Cholesterol: 502.54 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2236.27 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 62.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; Sól: 6.31 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 503.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
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>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2145.85 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 76.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; suma cukrów prostych: 41.53 g; Błonnik pokarmowy: 45.62 g; Sól: 5.1 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 278.75 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>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 , sos własny mięsny 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>), pomidor 100 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2547.53 kcal; Białko ogółem: 129.14 g; Tłuszcz: 93.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 316.75 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.76 g; Sól: 6.84 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 331.83 mg;

wtorek 2026-07-21 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 150 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1964.12 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 39.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; Sól: 9.93 g; WW: 26.02 Por; Cholesterol: 145.75 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30 g ,	zupa ziemniaczana - dieta - jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1944.73 kcal; Białko ogółem: 52.9 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 274.03 g; suma cukrów prostych: 36.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g; Sól: 6.41 g; WW: 25.5 Por; Cholesterol: 199.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Płatki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.65 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 48.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.37 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; suma cukrów prostych: 59.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Sól: 10.55 g; WW: 31.67 Por; Cholesterol: 133.35 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pietruszka gotowana 100 g,
		Posiłek nocny: galaretka o smaku truskawkowym 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2471.63 kcal; Białko ogółem: 117.2 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 352.23 g; suma cukrów prostych: 54.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; Sól: 7.69 g; WW: 33.46 Por; Cholesterol: 199.23 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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, 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>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2700.44 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 115.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Sól: 8.06 g; WW: 28.2 Por; Cholesterol: 336.77 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml, zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

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

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2610.54 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 81.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.8 g; Węglowodany ogółem: 359.61 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; Sól: 10.04 g; WW: 33.79 Por; Cholesterol: 263.31 mg;

wtorek 2026-07-21 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, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2346.16 kcal; Białko ogółem: 111.3 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 296.54 g; suma cukrów prostych: 40.3 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; Sól: 9.96 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 243.31 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>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, sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
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>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1794.8 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 207.71 g; suma cukrów prostych: 37.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; Sól: 5.12 g; WW: 17.72 Por; Cholesterol: 208.12 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>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, sos własny mięsny 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 wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2278.53 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 265.54 g; suma cukrów prostych: 42.69 g; Błonnik pokarmowy: 45.62 g; Sól: 5.02 g; WW: 22.35 Por; Cholesterol: 324.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , wędlina 100 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2014.06 kcal; Białko ogółem: 97.3 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw.łł.nas.ogółem: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; suma cukrów prostych: 46.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Sól: 9.1 g; WW: 25.93 Por; Cholesterol: 32.89 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 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>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 10 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2289.05 kcal; Białko ogółem: 123.74 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw.łł.nas.ogółem: 56.78 g; Węglowodany ogółem: 290.28 g; suma cukrów prostych: 24.23 g; Błonnik pokarmowy: 40.71 g; Sól: 8.09 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 182.45 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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, 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>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 100 g ,
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2491.06 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 97.82 g; Kw.łł.nas.ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 313.96 g; suma cukrów prostych: 44.13 g; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; Sól: 5.38 g; WW: 27.71 Por; Cholesterol: 206.36 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek b/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1783.97 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 246.64 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 1.99 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu 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>), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.27 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 110.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 209.12 g; suma cukrów prostych: 26.17 g; Błonnik pokarmowy: 14.67 g; Sól: 2.12 g; WW: 19.72 Por; Cholesterol: 204.81 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2189.57 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 110 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.99 g; Węglowodany ogółem: 206.94 g; suma cukrów prostych: 23.52 g; Błonnik pokarmowy: 14.49 g; Sól: 1.39 g; WW: 19.42 Por; Cholesterol: 65.78 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>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 , sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2171.93 kcal; Białko ogółem: 116.3 g; Tłuszcz: 111.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 181.73 g; suma cukrów prostych: 30.42 g; Błonnik pokarmowy: 14.81 g; Sól: 1.6 g; WW: 16.83 Por; Cholesterol: 201.8 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2054.96 kcal; Białko ogółem: 133.69 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 212.27 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Sól: 5.35 g; WW: 17.4 Por; Cholesterol: 182.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 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 świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , Rukola 20 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2113.94 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 114.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.4 g; Węglowodany ogółem: 177.83 g; suma cukrów prostych: 28.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g; Sól: 2.83 g; WW: 16.06 Por; Cholesterol: 65.78 mg;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa pieczarkowa jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Risotto wegetariańskie 400 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , 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>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2224.72 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 326.47 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Błonnik pokarmowy: 49.47 g; Sól: 5.99 g; WW: 28.02 Por; Cholesterol: 232.74 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1937.89 kcal; Białko ogółem: 49.99 g; Tłuszcz: 72.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 273.99 g; suma cukrów prostych: 32.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g; Sól: 6.26 g; WW: 25.53 Por; Cholesterol: 221.75 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), dynia gotowana 100 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>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE, _</u>),

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

wtorek 2026-07-21 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 - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, 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.: 1200.54 kcal; Białko ogółem: 34.37 g; Tłuszcz: 11.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 247.45 g; suma cukrów prostych: 12.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.87 g; Sól: 3.17 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 18.15 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, _</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2180.7 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 298.18 g; suma cukrów prostych: 60.6 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g; Sól: 7.57 g; WW: 27.96 Por; Cholesterol: 151.22 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenny 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;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Ścista 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.łł.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;

wtorek 2026-07-21 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.łł.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;

wtorek 2026-07-21 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.łł.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;

wtorek 2026-07-21 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-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 300 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 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 90 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia 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 ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.76 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.37 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.27 g; WW: 23.15 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

wtorek 2026-07-21 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.łł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyłt. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), woda n/g 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz-żyłt. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1851.24 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; suma cukrów prostych: 98.1 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 4.49 g; WW: 21.34 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 250 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 977.23 kcal; Białko ogółem: 39.2 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.93 g; Węglowodany ogółem: 107.8 g; suma cukrów prostych: 18.83 g; Błonnik pokarmowy: 17.08 g; Sól: 1.83 g; WW: 9.27 Por; Cholesterol: 146.44 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, sos własny mięsny 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2177.07 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; suma cukrów prostych: 58.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; Sól: 5.94 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 206.66 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa pieczarkowa jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Risotto wegetariańskie 400 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>),	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>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2399.77 kcal; Białko ogółem: 80 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; suma cukrów prostych: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 49.03 g; Sól: 5.02 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 257.84 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
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>), margaryna 15 g, hummus szt 130 g (<u>SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu JARSKA 400 g (<u>SEL</u>), Risotto wegetariańskie 400 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	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>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml, gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2209.79 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 5.15 g; WW: 26.57 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u> ,), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1842.37 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 70.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 219.48 g; suma cukrów prostych: 47.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 4.55 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 206.95 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u> ,), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), sos własny mięsny 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 porzeczeki b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2112.75 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 261.53 g; suma cukrów prostych: 42.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Sól: 4.42 g; WW: 24.33 Por; Cholesterol: 237.11 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 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> ,), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	chleb razowy 60 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> ,), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,), rzodkiewka 40 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u> ,),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30 g , Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1822.11 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 82.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 188.35 g; suma cukrów prostych: 57.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 4.63 g; WW: 15.94 Por; Cholesterol: 493.46 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 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> ,), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u> ,), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa pieczarkowa jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), Risotto z ryż.braz. wegetariańskie 400 g (<u>SEL</u> ,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2416.29 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 58.31 g; Sól: 7.64 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 282.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
margaryna 15 g , wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>),		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), margaryna 10 g , wędlina 30 g , Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1743.55 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 222.14 g; suma cukrów prostych: 45.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sól: 7.76 g; WW: 19.14 Por; Cholesterol: 350.67 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 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 , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>), sos własny mięsny b/glutenu 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), wędlina 30 g , Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2222.65 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 110.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 212.3 g; suma cukrów prostych: 51.95 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Sól: 2.4 g; WW: 19.69 Por; Cholesterol: 482.59 mg;

wtorek 2026-07-21 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;

wtorek 2026-07-21 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pieczarkowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ, 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, 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>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), ketchup 20 g (<u>SEL,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.54 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 107.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 270.49 g; suma cukrów prostych: 43.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Sól: 7.53 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 304.77 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>),	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
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.: 2099.19 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; suma cukrów prostych: 127.08 g; Błonnik pokarmowy: 15.21 g; Sól: 1.74 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), wędlina 30 g,		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 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 porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2436.24 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 89.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.48 g; Węglowodany ogółem: 300.37 g; suma cukrów prostych: 59 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Sól: 7.26 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 269.11 mg;