

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, 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>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2274.88 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 269.19 g; suma cukrów prostych: 57 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g; Sól: 7.05 g; WW: 23.09 Por; Cholesterol: 760.08 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ,</u>), papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE,</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 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>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2554.35 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 315.19 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Błonnik pokarmowy: 46.42 g; Sól: 7.37 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 780.08 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ,</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), surówka wiosenny mix 130 g ,	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 , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>), gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2178.45 kcal; Białko ogółem: 117 g; Tłuszcz: 83.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 244.31 g; suma cukrów prostych: 65.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; Sól: 6.99 g; WW: 21.22 Por; Cholesterol: 750.33 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ,</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2338.14 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 82.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 294.41 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; Błonnik pokarmowy: 44.26 g; Sól: 5.39 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 754.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, MLE, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, MLE, ORZ, SEZ</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 , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>), herbatniki 50 g (<u>GLU, SOJ</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2556.14 kcal; Białko ogółem: 118.78 g; Tłuszcz: 88.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; suma cukrów prostych: 84.83 g; Błonnik pokarmowy: 44.91 g; Sól: 5.76 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 775.48 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, 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 jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, 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>), wędlina 50 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2329.9 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 273.51 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g; Sól: 4.75 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 791.37 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), salata zielona 20 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	zupa ryżowa 200 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 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>), wędlina 50 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1816.79 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 169.16 g; suma cukrów prostych: 62.1 g; Błonnik pokarmowy: 13.54 g; Sól: 3.28 g; WW: 15.76 Por; Cholesterol: 780.77 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), salata zielona 20 g ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 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>), wędlina 50 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1939.08 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 193.34 g; suma cukrów prostych: 62.91 g; Błonnik pokarmowy: 14.8 g; Sól: 3.41 g; WW: 18.07 Por; Cholesterol: 787.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenno-krochmalny 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), sałata zielona 20 g, kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenno-krochmalny 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2480.58 kcal; Białko ogółem: 136.06 g; Tłuszcz: 87.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.22 g; Węglowodany ogółem: 293.76 g; suma cukrów prostych: 75.79 g; Błonnik pokarmowy: 18.79 g; Sól: 5.05 g; WW: 27.78 Por; Cholesterol: 807.37 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2405.2 kcal; Białko ogółem: 124.48 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 268.83 g; suma cukrów prostych: 37.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.75 g; Sól: 8.21 g; WW: 22.88 Por; Cholesterol: 799.83 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 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>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, gruszka 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>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2107.93 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 238.39 g; suma cukrów prostych: 55.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Sól: 7.01 g; WW: 20.13 Por; Cholesterol: 775.38 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 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>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, gruszka 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>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2385.13 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; suma cukrów prostych: 59.75 g; Błonnik pokarmowy: 48.19 g; Sól: 8.53 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 776.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2264.52 kcal; Białko ogółem: 122.06 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 277.23 g; suma cukrów prostych: 31.27 g; Błonnik pokarmowy: 48.16 g; Sól: 8.13 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 848.39 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 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 , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , serek homogenizowany nat. 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>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2840.48 kcal; Białko ogółem: 150.53 g; Tłuszcz: 109.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.34 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; suma cukrów prostych: 51.43 g; Błonnik pokarmowy: 52.82 g; Sól: 8.84 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 830.78 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), wafle ryżowe 50 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2042.71 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.47 g; Węglowodany ogółem: 281.24 g; suma cukrów prostych: 18.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; Sól: 7.69 g; WW: 25.98 Por; Cholesterol: 785.14 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.86 kcal; Białko ogółem: 50.96 g; Tłuszcz: 81.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; suma cukrów prostych: 16.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Sól: 4.18 g; WW: 26.07 Por; Cholesterol: 200.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany b/glut, b/ml 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, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU, SOJ</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2244.32 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 322.46 g; suma cukrów prostych: 77.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.18 g; Sól: 7.73 g; WW: 30.75 Por; Cholesterol: 814.74 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 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, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2468.69 kcal; Białko ogółem: 131.56 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; suma cukrów prostych: 87.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.68 g; Sól: 7.78 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 908.42 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka wiosenny mix 130 g, sos koperkowy 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>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2586.28 kcal; Białko ogółem: 142.53 g; Tłuszcz: 92.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 304.45 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 7.33 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 780.08 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml, zupa ryżowa płynna 400 ml (<u>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.: 2022.09 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 129.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.97 g; Węglowodany ogółem: 111.18 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.59 g; Sól: 1.7 g; WW: 10.71 Por; Cholesterol: 1039.97 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, zupa ryżowa papka 400 ml (<u>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.: 2067.49 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 129.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 122.43 g; suma cukrów prostych: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 6.51 g; Sól: 1.7 g; WW: 11.76 Por; Cholesterol: 1037.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, 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 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	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 kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2774.07 kcal; Białko ogółem: 135.05 g; Tłuszcz: 108.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; suma cukrów prostych: 74.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g; Sól: 8.5 g; WW: 30.22 Por; Cholesterol: 1038.18 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 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 kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2498.78 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 104.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 281.54 g; suma cukrów prostych: 20.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; Sól: 7.92 g; WW: 26.1 Por; Cholesterol: 985.18 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), salata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 200 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1533.38 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.9 g; Węglowodany ogółem: 163.92 g; suma cukrów prostych: 36.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; Sól: 6.07 g; WW: 13.77 Por; Cholesterol: 723.73 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 8g 8 g,	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, surówka wiosenny mix 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 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, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2265.67 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 276.68 g; suma cukrów prostych: 31.22 g; Błonnik pokarmowy: 47.94 g; Sól: 7.99 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 754.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany b/glut, b/lml 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 , wędlina 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2211.35 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 319.09 g; suma cukrów prostych: 79.3 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; Sól: 7.07 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 630.56 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g , pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g (<u>JAJ, _</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , chleb mieszany psz-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb mieszany psz-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , ogórek kiszony 100 g ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2221.76 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.78 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; suma cukrów prostych: 69.99 g; Błonnik pokarmowy: 48.56 g; Sól: 6.54 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 689.02 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL, _</u>), papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 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>), wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2041.02 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 246.35 g; suma cukrów prostych: 49.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Sól: 6.81 g; WW: 21.4 Por; Cholesterol: 298.34 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 90 g (<u>GLU, _</u>), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE, _</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU, _</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1695.92 kcal; Białko ogółem: 66.74 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; Sól: 2.66 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 166.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g , ogórek kiszony 100 g ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2290.58 kcal; Białko ogółem: 141.68 g; Tłuszcz: 105 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 200.78 g; suma cukrów prostych: 41.51 g; Błonnik pokarmowy: 12.54 g; Sól: 4.06 g; WW: 18.93 Por; Cholesterol: 797.73 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2226.13 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.81 g; Węglowodany ogółem: 248.83 g; suma cukrów prostych: 54.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sól: 4.01 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 689.02 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 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>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2445.57 kcal; Białko ogółem: 138.25 g; Tłuszcz: 113.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 217.8 g; suma cukrów prostych: 19.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.14 g; Sól: 4.49 g; WW: 20.22 Por; Cholesterol: 790.73 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), margaryna 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2145.68 kcal; Białko ogółem: 130.23 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.92 g; Węglowodany ogółem: 244.68 g; suma cukrów prostych: 18.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Sól: 6.91 g; WW: 21.14 Por; Cholesterol: 689.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ.), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL. może zawierać: GOR.), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL.),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2123.51 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 94.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 210.48 g; suma cukrów prostych: 15.76 g; Błonnik pokarmowy: 14.25 g; Sól: 3.98 g; WW: 19.74 Por; Cholesterol: 689.02 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU. może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ.), chleb razowy 60 g (GLU. może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.), masło 82% tł. 16.67 g (MLE.), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (JAJ.), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE.), kefir 1szt. 150 g (MLE.),	zupa ryżowa jarska 400 ml (MLE, SEL. może zawierać: GOR.), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia faszerowana - wege 400 g (GLU, MLE.), surówka wiosenny mix 130 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU. może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ.), chleb razowy 60 g (GLU. może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ.), masło 82% tł. 16.67 g (MLE.), hummus szt 130 g (SEZ.), Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (MLE.),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2554.04 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 116.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; suma cukrów prostych: 60.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; Sól: 6.67 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 737.23 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE.), jajko gotowane 50 g (JAJ.), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (MLE, SEL. może zawierać: GOR.), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g (GLU, JAJ. może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.), sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE, SEL. może zawierać: GOR.), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE.), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (MLE.),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1900.45 kcal; Białko ogółem: 50.54 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 241.66 g; suma cukrów prostych: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 11.79 g; Sól: 4.05 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 452.4 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g (GLU. może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.), masło 82% tł. 5 g (MLE.), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (SEL.), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml (GLU, SEL. może zawierać: GOR.), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ. może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (GLU, SEL. może zawierać: GOR.), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g (GLU. może zawierać: ORZ, SEL, SEZ.), masło 82% tł. 5 g (MLE.), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ.), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (MLE.),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (OZI, ORZ.),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.49 kcal; Białko ogółem: 86 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 240.73 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g; Sól: 7.82 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1975.06 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 45.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 315.27 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g; Sól: 6.1 g; WW: 28.03 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

środa 2026-07-22 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;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2162.87 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 258.95 g; suma cukrów prostych: 69.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.09 g; Sól: 7.23 g; WW: 24.32 Por; Cholesterol: 759.37 mg;

środa 2026-07-22 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;

środa 2026-07-22 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;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), 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>), 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>), 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.: 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

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), 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>), 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 ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), 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.: 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;

środa 2026-07-22 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;

środa 2026-07-22 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;

środa 2026-07-22 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 , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ,</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0.5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g (<u>GLU,</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.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

środa 2026-07-22 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.-żył. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

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

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 855.43 kcal; Białko ogółem: 68.88 g; Tłuszcz: 24.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.47 g; Węglowodany ogółem: 96.72 g; suma cukrów prostych: 13.95 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; Sól: 1.81 g; WW: 7.88 Por; Cholesterol: 146.11 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos koperkowy 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 , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2409.4 kcal; Białko ogółem: 132.99 g; Tłuszcz: 85.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 273.51 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g; Sól: 4.75 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 791.37 mg;

środa 2026-07-22 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>), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa jarska 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , cukinia faszerowana - wege 400 g (<u>GLU, 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>), hummus szt 130 g (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2486.54 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 114.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 264.54 g; suma cukrów prostych: 60.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.98 g; Sól: 8.43 g; WW: 22.79 Por; Cholesterol: 737.23 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g , hummus szt 130 g (<u>SEZ</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , gruszka 150 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>),	chleb razowy 120 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 , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2444.39 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 96.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.2 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; suma cukrów prostych: 52.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.1 g; Sól: 6.48 g; WW: 26.47 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>,), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>,), papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,),	zupa ryżowa 200 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos koperkowy 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. 16.67 g (<u>MLE</u>,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>,),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1873.87 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 206.47 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 4.15 g; WW: 18 Por; Cholesterol: 736.33 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>,), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>,), papryka świeża 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,),	fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka wiosenny mix 130 g , sos koperkowy 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. 16.67 g (<u>MLE</u>,), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>,),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2199.54 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 263.93 g; suma cukrów prostych: 66.16 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 4.63 g; WW: 22.73 Por; Cholesterol: 753.88 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>,), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>, <u>może zawierać: SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEZ</u>,),	zupa ryżowa 200 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 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>,), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
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>,), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>,), salata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		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>,), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>,), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1782.26 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 180.93 g; suma cukrów prostych: 52.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sól: 6.53 g; WW: 15.4 Por; Cholesterol: 757.83 mg;

środa 2026-07-22 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. 10 g (<u>MLE</u>,), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa jarska 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>,), ziemniaki gotowane 200 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia faszerowana - wege 400 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</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. 10 g (<u>MLE</u>,), hummus szt 130 g (<u>SEZ</u>,), Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</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>,), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2260.36 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 94.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 264.65 g; suma cukrów prostych: 33.38 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sól: 8.97 g; WW: 22.39 Por; Cholesterol: 686.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , salata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g , wędlina 30 g , ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.15 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; suma cukrów prostych: 47.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Sól: 6.43 g; WW: 20.77 Por; Cholesterol: 670.56 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka wiosenny mix 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2361.95 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 111.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 236.18 g; suma cukrów prostych: 47.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g; Sól: 4.41 g; WW: 22.21 Por; Cholesterol: 765.97 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2026-07-22 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 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 , 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;

środa 2026-07-22 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 ryżowa papka 400 ml (<u>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.: 2047.86 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 252.72 g; suma cukrów prostych: 125.52 g; Błonnik pokarmowy: 13.8 g; Sól: 1.65 g; WW: 24.03 Por; Cholesterol: 462.13 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2409.4 kcal; Białko ogółem: 132.99 g; Tłuszcz: 85.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 273.51 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g; Sól: 4.75 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 791.37 mg;