

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , papryka świeża 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g ,                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.68 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; suma cukrów prostych: 38.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sól: 8.48 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 379.57 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2026-08-15 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2504.08 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 92.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; suma cukrów prostych: 58.72 g; Błonnik pokarmowy: 43.43 g; Sól: 8.28 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 399.57 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), banan 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> ), miód 2 szt. 50 g ,                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.35 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.31 g; Sól: 7.29 g; WW: 29.07 Por; Cholesterol: 274.16 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 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 , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: banan 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1968.57 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 244.75 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.7 g; Sól: 4.4 g; WW: 21.79 Por; Cholesterol: 346.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, 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, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: banan 200 g, biszkopty 50 g ( <u>GLU, 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> ), dżem truskawkowy 50 g,                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2263.31 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 305.8 g; suma cukrów prostych: 103.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sól: 5.1 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 350.66 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g,                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2348.9 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 329.85 g; suma cukrów prostych: 43.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Sól: 5.3 g; WW: 30.68 Por; Cholesterol: 272.48 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 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> ), sałata zielona 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 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> ), miód 1 szt. 25 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1697.6 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 207.79 g; suma cukrów prostych: 62.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Sól: 3.51 g; WW: 18.5 Por; Cholesterol: 244.2 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 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> ), sałata zielona 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 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> ), miód 1 szt. 25 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1868.4 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 66.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 242.12 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.2 g; Sól: 3.66 g; WW: 21.75 Por; Cholesterol: 252.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), sałata zielona 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 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> ), miód 1 szt. 25 g,                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.9 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; suma cukrów prostych: 76.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sól: 5.31 g; WW: 31.94 Por; Cholesterol: 272.48 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, | gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                        | Podwieczorek: 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2362.34 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 298.31 g; suma cukrów prostych: 42.95 g; Błonnik pokarmowy: 44.34 g; Sól: 7.66 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 274.56 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ),                      | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, jabłko 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2172.73 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 229.18 g; suma cukrów prostych: 71.12 g; Błonnik pokarmowy: 44.56 g; Sól: 5.59 g; WW: 18.77 Por; Cholesterol: 615.55 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml,                     | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, jabłko 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2403.73 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 102.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.25 g; Węglowodany ogółem: 279.98 g; suma cukrów prostych: 74.32 g; Błonnik pokarmowy: 52.56 g; Sól: 6.85 g; WW: 23.07 Por; Cholesterol: 616.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g ,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2166.92 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 271.36 g; suma cukrów prostych: 43.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.73 g; Sól: 8 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 271.29 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                               | Podwieczorek: 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2594.1 kcal; Białko ogółem: 119 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; suma cukrów prostych: 56.37 g; Błonnik pokarmowy: 44.57 g; Sól: 8.29 g; WW: 26.94 Por; Cholesterol: 324.37 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), | grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.05 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 50.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; suma cukrów prostych: 25.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.2 g; Sól: 5.12 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 149.67 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , | grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2354.2 kcal; Białko ogółem: 51.1 g; Tłuszcz: 95.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36 g; Węglowodany ogółem: 316.3 g; suma cukrów prostych: 17.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 1.34 g; WW: 29.75 Por; Cholesterol: 235.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenney krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna z/c 400 ml , | grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenney krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), |
| II Śniadanie: banan 200 g ,                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: miód 1 szt. 25 g , chleb pszenney krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.4 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; suma cukrów prostych: 72.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sól: 5.08 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 211.5 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenney krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb pszenney krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g ,                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2499.66 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; Sól: 5.59 g; WW: 32.11 Por; Cholesterol: 293.21 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g ,                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.51 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 91.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.87 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; suma cukrów prostych: 49.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.34 g; Sól: 8.31 g; WW: 26.94 Por; Cholesterol: 399.57 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona         |                                                                                                               |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , grysiowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                               | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Przetarta                    |                                                                                                                 |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | papkowata - obiad 650 ml , grysiowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                                 | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 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 wędliny drob. 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2732.79 kcal; Białko ogółem: 136.27 g; Tłuszcz: 96.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; suma cukrów prostych: 48.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; Sól: 5.17 g; WW: 31.48 Por; Cholesterol: 276.58 mg;

| sobota 2026-08-15 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 wędliny drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2608.5 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 98.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g; Sól: 4.96 g; WW: 28.58 Por; Cholesterol: 256.58 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8g, herbata czarna b/c 400 ml, | grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1764.69 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 62.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 211.62 g; suma cukrów prostych: 29.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; Sól: 5.27 g; WW: 17.94 Por; Cholesterol: 242.2 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 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> ), pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2262.2 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 93.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 271.49 g; suma cukrów prostych: 45.1 g; Błonnik pokarmowy: 43.73 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.04 Por; Cholesterol: 304.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15      Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2104.42 kcal; Białko ogółem: 89.13 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 55.15 g; Węglowodany ogółem: 287.5 g; suma cukrów prostych: 38.5 g; Błonnik pokarmowy: 24 g; Sól: 4.78 g; WW: 26.66 Por; Cholesterol: 180.2 mg;

| sobota 2026-08-15      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g , wędlina 100 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , 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 , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 15 g , salata z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2307.7 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw.łł.nas.ogółem: 56.8 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; suma cukrów prostych: 30.1 g; Błonnik pokarmowy: 43.6 g; Sól: 6.76 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 251.2 mg;

| sobota 2026-08-15      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> ), wędlina 100 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 10 g , salata z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100 g ,                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.51 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 93.43 g; Kw.łł.nas.ogółem: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; suma cukrów prostych: 42.88 g; Błonnik pokarmowy: 43.37 g; Sól: 7.6 g; WW: 23.54 Por; Cholesterol: 228.37 mg;

| sobota 2026-08-15      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.łł.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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c 400 ml<br>, sałata zielona 8g 8 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik<br>drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta<br>z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100<br>g , herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), pomidor 100<br>g ,                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.92 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 98.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 250.47 g; suma cukrów prostych: 30.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; Sól: 3.83 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 230.91 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c<br>400 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u><br>) , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik<br>drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka z<br>soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), szczypiorek 20 g , papryka<br>świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> miód 2 szt. 50 g , margaryna 10 g , chleb<br>bezglutenowy 30 g ,                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2153.44 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 95.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.5 g; Węglowodany ogółem: 260.89 g; suma cukrów prostych: 23.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; Sól: 3.41 g; WW: 23.96 Por; Cholesterol: 125.6 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c 400 ml<br>, sałata zielona 8g 8 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik<br>drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta<br>z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna<br>b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u><br>) ,                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2127.92 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 101.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 218.52 g; suma cukrów prostych: 33.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; Sól: 4.05 g; WW: 19.93 Por; Cholesterol: 242.91 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , chleb<br>graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z<br>jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z<br>udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u><br>) , papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,<br>szczypiorek 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g , hummus<br>szt 130 g ( <u>SEZ</u> ),                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2323.68 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 102.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 278.08 g; suma cukrów prostych: 27.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; Sól: 6.49 g; WW: 23.64 Por; Cholesterol: 125.6 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , herbata czarna b/c<br>400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u><br>) , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik<br>drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka z<br>soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g , herbata<br>czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g ,<br>pomidor 100 g , hummus szt 130 g ( <u>SEZ</u> ),                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2369.23 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 127.04 g; Kw.ł.nas.ogółem: 62.39 g; Węglowodany ogółem: 233.41 g; suma cukrów prostych: 24.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Sól: 3.42 g; WW: 21.06 Por; Cholesterol: 125.6 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), hummus szt 130 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g , | gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z<br>jabłek i porzeczek b/c 200 ml , kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>kompot z czarnej porzeczek i jabłek z/c 200 ml ,<br>ziemniaki gotowane 200 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,<br>szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2436.79 kcal; Białko ogółem: 112.1 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw.ł.nas.ogółem: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 330.35 g; suma cukrów prostych: 41.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; Sól: 6.29 g; WW: 29.54 Por; Cholesterol: 117.06 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,<br>włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c<br>400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy<br>b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z<br>jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z<br>udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka<br>50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2159.62 kcal; Białko ogółem: 53.02 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw.ł.nas.ogółem: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 305.03 g; suma cukrów prostych: 18.67 g; Błonnik pokarmowy: 16.43 g; Sól: 1.24 g; WW: 29.05 Por; Cholesterol: 249.6 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z<br>mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana<br>100 g , herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki<br>gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ),<br>sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g ,<br>herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA<br>MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA<br>MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1887.49 kcal; Białko ogółem: 86 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw.ł.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

| sobota 2026-08-15 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, pomidor 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 pietruszkowy 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.: 1965.3 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

| sobota 2026-08-15 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;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, herbata czarna b/c 250 ml, kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bulką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), galaretką o smaku truskawkowym ots 200 g, herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),                                                                                                                                                                                                                            |

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

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, | grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.08 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; suma cukrów prostych: 41.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sól: 5.08 g; WW: 30.65 Por; Cholesterol: 256.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ), kasza kukurydziana na mleku OTS 300 g ( <u>MLE</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                           |

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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                                                |                                                                                                                           |                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 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.: 890.8 kcal; Białko ogółem: 59.95 g; Tłuszcz: 29.29 g; Kw.łł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.97 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.59 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)                                                    |                                                                                                                      |                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.łł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ścisła 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.łł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

| sobota 2026-08-15 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                                  |                                                                    |                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , ),<br>jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , ), | kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , pasta z twarogu 100 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.: 865.84 kcal; Białko ogółem: 60.7 g; Tłuszcz: 21.08 g; Kw.łł.nas.ogółem: 9.29 g; Węglowodany ogółem: 112.46 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.66 g; WW: 10.44 Por; Cholesterol: 89.3 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> , ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), marchewka gotowana 150 g , | herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>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;

| sobota 2026-08-15 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;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> , <u>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.łł.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;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), surówka z selera 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 250 g , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 53.68 g; Tłuszcz: 45.83 g; Kw.łł.nas.ogółem: 12.39 g; Węglowodany ogółem: 90.45 g; suma cukrów prostych: 11.94 g; Błonnik pokarmowy: 10.09 g; Sól: 2.02 g; WW: 8.2 Por; Cholesterol: 307.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), sałata zielona 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g,                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2447 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.3 g; Węglowodany ogółem: 340.2 g; suma cukrów prostych: 48.6 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sól: 5.5 g; WW: 31.85 Por; Cholesterol: 284.18 mg;

| sobota 2026-08-15 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> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron ze szpinakiem i twarogiem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2389.72 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 91.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 334.77 g; suma cukrów prostych: 55.42 g; Błonnik pokarmowy: 53.97 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.36 Por; Cholesterol: 124.16 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), ogórek kiszony 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 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> ), margaryna 15 g, hummus szt 130 g ( <u>SEZ</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.11 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 96.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 280.74 g; suma cukrów prostych: 45.47 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g; Sól: 5.86 g; WW: 24.25 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), | grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 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> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1675.31 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.2 g; Węglowodany ogółem: 206.79 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; Sól: 3.14 g; WW: 18.58 Por; Cholesterol: 307.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 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> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1829.97 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 73.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 214.27 g; suma cukrów prostych: 83.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.9 g; Sól: 3.64 g; WW: 19.21 Por; Cholesterol: 345.87 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ),                      | gryskowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, jabłko 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1971.87 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 211.54 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Błonnik pokarmowy: 41.48 g; Sól: 4.84 g; WW: 17.28 Por; Cholesterol: 577.26 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, pasztecik sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), | gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2560.78 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 99.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 338.41 g; suma cukrów prostych: 44.62 g; Błonnik pokarmowy: 45.67 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 139.26 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g, wędlina 50 g, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb graham 120 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, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, jabłko 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, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.89 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.36 g; Węglowodany ogółem: 265.41 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Błonnik pokarmowy: 49.19 g; Sól: 5.16 g; WW: 21.78 Por; Cholesterol: 464.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,                           | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g ,                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.15 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 117.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 223.24 g; suma cukrów prostych: 63.1 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Sól: 2.52 g; WW: 19.86 Por; Cholesterol: 567.19 mg;

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Ściśła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                 | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , | kalafiorowa z ziemniakami b/ml ots 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), fasolka szparagowa gotowana OTS 150 g , kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), galaretko o smaku truskawkowym ots 200 g , herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                   |

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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                       |                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),    | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),                                    |
| <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,    |                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| sobota 2026-08-15 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g ,                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.68 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; suma cukrów prostych: 38.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sól: 8.48 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 379.57 mg;

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.9 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; suma cukrów prostych: 76.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sól: 5.31 g; WW: 31.94 Por; Cholesterol: 272.48 mg;