

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2026-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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> ), salami kulinarne wieprzowo-wołowe 50 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL,</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2229.08 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 248.9 g; suma cukrów prostych: 37.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; Sól: 3.96 g; WW: 21.37 Por; Cholesterol: 202.76 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2026-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), salami kulinarne wieprzowo-wołowe 50 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL,</u> ),                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.85 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 106.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; suma cukrów prostych: 56.63 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Sól: 4.28 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 222.76 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2026-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE,</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE,</u> ), płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ,</u> ),                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL,</u> ),                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2287.47 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; suma cukrów prostych: 56.97 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g; Sól: 6.74 g; WW: 25.99 Por; Cholesterol: 306.36 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2026-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), papryka świeża 100 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.67 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Sól: 7.23 g; WW: 25.8 Por; Cholesterol: 292.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g , serek homogenizowany straciarella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2429.91 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sól: 7.4 g; WW: 26.65 Por; Cholesterol: 342.66 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2294.16 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; suma cukrów prostych: 44.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Sól: 5 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 306.56 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1505.31 kcal; Białko ogółem: 68.77 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 172.29 g; suma cukrów prostych: 49.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.06 g; Sól: 5.56 g; WW: 15.4 Por; Cholesterol: 235.82 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1819.95 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 69.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 208.91 g; suma cukrów prostych: 51.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; Sól: 5.93 g; WW: 18.83 Por; Cholesterol: 286.56 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.75 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 76.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Sól: 7.57 g; WW: 28.84 Por; Cholesterol: 306.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE,</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), papryka świeża 100 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g , |
| 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. 5 g ( <u>MLE,</u> ), rukola 20 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR,</u> ),                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2233.1 kcal; Białko ogółem: 119.86 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 269.06 g; suma cukrów prostych: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 5.71 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 217.86 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE,</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g ,          | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), salata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ,</u> ), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , brzoskwinia 150 g , |                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE,</u> ), rukola 20 g ,                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.62 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.29 g; Węglowodany ogółem: 219.02 g; suma cukrów prostych: 57.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; Sól: 4.36 g; WW: 18.64 Por; Cholesterol: 584.34 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE,</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g ,         | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), salata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ,</u> ), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , brzoskwinia 150 g , |                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE,</u> ), rukola 20 g ,                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2278.82 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 279.98 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Sól: 5.88 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 585.54 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR,</u> ), rukola 20 g ,                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2053.82 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 268.96 g; suma cukrów prostych: 38.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 5.71 g; WW: 22.67 Por; Cholesterol: 184.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</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, rzodkiewka 40 g, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g, szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 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. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR, _</u> ), rukola 20 g,                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2480.3 kcal; Białko ogółem: 132.46 g; Tłuszcz: 84.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; suma cukrów prostych: 51.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 5.99 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 237.86 mg;

| czwartek 2026-10-01 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> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka z buraczków 130 g, 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. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), cukinia gotowana 100 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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1873.68 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 266.28 g; suma cukrów prostych: 31.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Sól: 7.36 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 146.14 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                                 |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, | szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 100 g, sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), cukinia gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                       |                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2028.91 kcal; Białko ogółem: 55.58 g; Tłuszcz: 78.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 271.26 g; suma cukrów prostych: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g; Sól: 4.12 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 191.5 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 1 szt. 25 g, | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), cukinia gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ, _</u> ),                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.82 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 342.5 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; Sól: 9.06 g; WW: 31.64 Por; Cholesterol: 139.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka z buraczków 130 g, 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> ), szynka na krajalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, cukinia gotowana 100 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2329.19 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 308.6 g; suma cukrów prostych: 54.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 7.79 g; WW: 28.64 Por; Cholesterol: 217.36 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE, _</u> ), rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), szczypiorek 20 g, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), salami kulinarne wieprzowo-wołowe 50 g ( <u>SEL, GOR, _</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2463.88 kcal; Białko ogółem: 118.22 g; Tłuszcz: 95.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 294.07 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; Sól: 5.27 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 325.16 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona          |                                                                                                                        |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ), |                                                                                                                        | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 130.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 123.71 g; suma cukrów prostych: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 7.63 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Przetarta                     |                                                                                                                          |                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| packowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),                   | packowata - obiad 650 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), | packowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),                      |
| II Śniadanie: packowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ), |                                                                                                                          | Posiłek nocny: packowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 130.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 134.96 g; suma cukrów prostych: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL, _</u> ), cukinia gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2570.35 kcal; Białko ogółem: 127.13 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.4 g; Węglowodany ogółem: 319.34 g; suma cukrów prostych: 61.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; Sól: 8.28 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 283.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2452.76 kcal; Białko ogółem: 129.32 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 290.36 g; suma cukrów prostych: 32.7 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; Sól: 7.84 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 251.96 mg;

| czwartek 2026-10-01 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka na krajalnicę drobiową z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 198.52 g; suma cukrów prostych: 38.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; Sól: 4.37 g; WW: 16.79 Por; Cholesterol: 260.68 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salami kulinarne wieprzowo-wołowe 50 g ( <u>SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rukola 20 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2402.65 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 113.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.4 g; Węglowodany ogółem: 262.8 g; suma cukrów prostych: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.96 g; Sól: 5.01 g; WW: 22.13 Por; Cholesterol: 204.66 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenno-krochmalny 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g, szynka z pasieki 100 g, marchewka gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, miód 1 szt. 25 g, | szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g, sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenno-krochmalny 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g, pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenno-krochmalny 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 10 g,                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2145.05 kcal; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.46 g; Węglowodany ogółem: 286.49 g; suma cukrów prostych: 43.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Sól: 7.48 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 149.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g , szynka z pasieki 100 g , szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , chleb mieszany psz.-żyt. 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), margaryna 15 g , pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL,</u> ), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żyt. 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR,</u> ), rukola 20 g ,                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.11 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.48 g; Węglowodany ogółem: 298.91 g; suma cukrów prostych: 32.76 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g; Sól: 4.66 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 149.05 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), rzodkiewka 40 g , | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU,</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), papryka świeża 100 g , szynka z pasieki 50 g , herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR,</u> ), rukola 20 g ,                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2394.45 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 104.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 275.21 g; suma cukrów prostych: 41.88 g; Błonnik pokarmowy: 42.6 g; Sól: 4.88 g; WW: 23.46 Por; Cholesterol: 215.46 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), brokuł gotowany 150 g , herbata czarna z/c 400 ml , | zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1876.81 kcal; Białko ogółem: 59.9 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 263.11 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 2.1 g; WW: 22.78 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , 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 , rzodkiewka 40 g , miód 2 szt. 50 g , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL,</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), papryka świeża 100 g , szynka z pasieki 50 g , herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR,</u> ), rukola 20 g ,                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.35 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 106.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 258.19 g; suma cukrów prostych: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Sól: 2.09 g; WW: 23.97 Por; Cholesterol: 203.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , szynka z pasieki 100 g , szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , miód 2 szt. 50 g , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rukola 20 g ,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2328.06 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 105.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 255.21 g; suma cukrów prostych: 28.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 1.88 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 149.05 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                                |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka z pasieki 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rukola 20 g ,                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.72 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 222.73 g; suma cukrów prostych: 28.6 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Sól: 2.26 g; WW: 20.31 Por; Cholesterol: 169.65 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g , szynka z pasieki 100 g , szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 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 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rukola 20 g ,                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2089.36 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 77.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.95 g; Węglowodany ogółem: 259.43 g; suma cukrów prostych: 22.33 g; Błonnik pokarmowy: 39.51 g; Sól: 4.76 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 149.05 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                  |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , szynka z pasieki 100 g , szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                         |                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rukola 20 g ,                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.56 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 102.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 230.54 g; suma cukrów prostych: 21.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Sól: 1.84 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 149.05 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2446.06 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 110.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; suma cukrów prostych: 40.22 g; Błonnik pokarmowy: 42.41 g; Sól: 5.2 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 719.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 100 g , salátka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), cukinia gotowana 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.31 kcal; Białko ogółem: 52.79 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 262.7 g; suma cukrów prostych: 22.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g; Sól: 3.88 g; WW: 24.64 Por; Cholesterol: 179.5 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g ( <u>JAJ</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), polędwica z pasieki 50 g , marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,                        |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.66 kcal; Białko ogółem: 90.8 g; Tłuszcz: 68.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 220.82 g; suma cukrów prostych: 29.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; Sól: 4.76 g; WW: 20.19 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mus z jabłek b/c 150 g , herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                    | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica z pasieki 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.51 kcal; Białko ogółem: 99.46 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 244.65 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

| czwartek 2026-10-01 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU, </u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g , ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem OTS 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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 , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajko gotowane OTS 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt OTS 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, S02, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3316.96 kcal; Białko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 134.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.77 Por; Cholesterol: 629.64 mg;

| czwartek 2026-10-01 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), miód 1 szt. 25 g , | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), szynka na krajalnicę drobiowa z filetem 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), cukinia gotowana 100 g , herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.99 kcal; Białko ogółem: 111 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; suma cukrów prostych: 43.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 7.52 g; WW: 27.02 Por; Cholesterol: 197.36 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU, </u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , pulpet drobiowy gotowany OTS 90 g ( <u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), sos koperkowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kalafior gotowany z olejem - 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 , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2913.57 kcal; Białko ogółem: 173.19 g; Tłuszcz: 141.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 260.15 g; suma cukrów prostych: 43.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sól: 8.5 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 978.47 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu                                                          |                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica z pasieki 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica z pasieki 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica z pasieki 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 834.3 kcal; Białko ogółem: 44.01 g; Tłuszcz: 30.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 97.95 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.39 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)                                                    |                                                                                                                        |                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                         |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                                      |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE,</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE,</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU,</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE,</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE,</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE,</u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE,</u> ),                                                                                           |                                                                                                                                            | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                           |                                                                   |                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU,</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE,</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU,</u> ), | kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek wiejski 200 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.: 940.04 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 25.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 114.8 g; suma cukrów prostych: 56.5 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 4.05 g; WW: 10.69 Por; Cholesterol: 118.1 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE,</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), cukinia gotowana 150 g , | herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ,</u> ), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.07 kcal; Białko ogółem: 80.55 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; suma cukrów prostych: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.5 g; Sól: 8.66 g; WW: 24.33 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                   |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , herbata czarna z/c 400 ml , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g ( <u>GLU,</u> ), brokol 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.: 1773.54 kcal; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.49 g; Węglowodany ogółem: 242.07 g; suma cukrów prostych: 29.27 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.67 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyłt. 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gołąbki zawiązane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, | chleb mieszany psz-żyłt. 90 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g, marchewka gotowana 100 g, herbata czarna z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiński 1szt 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1714.1 kcal; Białko ogółem: 62.88 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 259.56 g; suma cukrów prostych: 78.9 g; Błonnik pokarmowy: 45.99 g; Sól: 3.94 g; WW: 21.58 Por; Cholesterol: 98.08 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                | kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 150 g, ziemniaki gotowane 250 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 250 g ( <u>GLU</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 854.45 kcal; Białko ogółem: 57.99 g; Tłuszcz: 29.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.6 g; Węglowodany ogółem: 91.1 g; suma cukrów prostych: 21.31 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g; Sól: 1.18 g; WW: 7.68 Por; Cholesterol: 127.71 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków 130 g, 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> ), szynka na krajalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2382.83 kcal; Białko ogółem: 120.79 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 301.27 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Sól: 5.26 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 318.56 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2446.06 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 110.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; suma cukrów prostych: 40.22 g; Błonnik pokarmowy: 42.41 g; Sól: 5.2 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 719.55 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), herbata czarna z/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, brzoskwinia 150 g, | brokułowa z ziemniakami b/głut b/mleka jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g, kaszotto jęczmiennie z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), margaryna 10 g,                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.44 kcal; Białko ogółem: 57.73 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.02 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; suma cukrów prostych: 61.39 g; Błonnik pokarmowy: 50.92 g; Sól: 5.06 g; WW: 28.93 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), | brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>może zawierać: GOR</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), papryka świeża 100 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>JAJ</u> , <u> </u> <u>SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>GOR</u> , <u> </u> ), herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1908.27 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 228.61 g; suma cukrów prostych: 53.8 g; Błonnik pokarmowy: 21.5 g; Sól: 6.3 g; WW: 20.74 Por; Cholesterol: 280.18 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>może zawierać: GOR</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), papryka świeża 100 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>JAJ</u> , <u> </u> <u>SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>GOR</u> , <u> </u> ), herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.07 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 255.69 g; suma cukrów prostych: 55.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 6.47 g; WW: 23.22 Por; Cholesterol: 291.96 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g ,          | brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>może zawierać: GOR</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), sałata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>JAJ</u> , <u> </u> <u>SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>GOR</u> , <u> </u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , <u> </u> ), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , brzoskwinia 150 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), rukola 20 g ,                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1851.83 kcal; Białko ogółem: 104.9 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 191.94 g; suma cukrów prostych: 55.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Sól: 4.19 g; WW: 16.15 Por; Cholesterol: 572.56 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , | brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> <u>może zawierać: GOR</u> , <u> </u> ), spaghetti pełnoziarniste z tofu 300 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>JAJ</u> , <u> </u> <u>SOJ</u> , <u> </u> <u>SEL</u> , <u> </u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> , <u> </u> ), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> <u>może zawierać: SOJ</u> , <u> </u> <u>MLE</u> , <u> </u> <u>ORZ</u> , <u> </u> <u>SEZ</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ),                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2200.94 kcal; Białko ogółem: 80.4 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.07 g; Sól: 5.18 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 130.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 15 g , szynka z pasieki 50 g , szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u> ),                               | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 120 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u> ), margaryna 15 g , salata zielona 20 g , polędwica z pasieki 50 g , herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ,</u> ), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , brzoskwinia 150 g , |                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u> ), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , rukola 20 g ,                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.59 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.29 g; Węglowodany ogółem: 260.27 g; suma cukrów prostych: 50.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; Sól: 4.82 g; WW: 22.23 Por; Cholesterol: 412.23 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                                |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE,</u> ), szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , chleb bezglutenowy 120 g ,         | szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), salata zielona 20 g , szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ,</u> ), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , brzoskwinia 150 g , |                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE,</u> ), rukola 20 g ,                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2326.02 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 108.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 230.51 g; suma cukrów prostych: 50.35 g; Błonnik pokarmowy: 18.31 g; Sól: 2.05 g; WW: 21.33 Por; Cholesterol: 570.11 mg;

| czwartek 2026-10-01 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;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU,</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ,</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , | brokułowa z ziemniakami OTS b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 90 g ( <u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u> ), kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , sos koperkowy ots b/ml 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , kalafior gotowany - ots 150 g , | 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 , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajko gotowane OTS 50 g ( <u>JAJ,</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ,</u> ), herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL,</u> ), chrupki kukurydziane ots 50 g ,                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2183.51 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 266.32 g; suma cukrów prostych: 22.2 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; Sól: 4.67 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 1045.81 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                        |                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU,</u> ),     | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU,</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU,</u> ),                             |
| II Śniadanie: kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,             |                                                                                                        | Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE,</u> ), |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), salami kulinarne wieprzowo-wołowe 50 g ( <u>SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2229.08 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 248.9 g; suma cukrów prostych: 37.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; Sól: 3.96 g; WW: 21.37 Por; Cholesterol: 202.76 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                           |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), | papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                   |                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.28 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz: 84.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 265.25 g; suma cukrów prostych: 127.25 g; Błonnik pokarmowy: 15.84 g; Sól: 1.74 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

| czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), szynka na krawalnicę drobiowa z filetem 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.16 kcal; Białko ogółem: 120.7 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 301.45 g; suma cukrów prostych: 50.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Sól: 5.24 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 318.56 mg;