

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL,</u>), jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ryż biały na sypko 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>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.06 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Błonnik pokarmowy: 47.5 g; Sól: 14.6 g; WW: 25.42 Por; Cholesterol: 213.95 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ryż biały na sypko 250 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL,</u>), jabłko 150 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), rukola 20 g, rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2509.65 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 52.62 g; Sól: 14.92 g; WW: 30.98 Por; Cholesterol: 233.95 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), sałata zielona 8 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ryż biały na sypko 200 g, gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), cukinia gotowana 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>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2161.84 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 314.31 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sól: 7.95 g; WW: 28.06 Por; Cholesterol: 201.9 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, ryba po grecku 45 g (<u>RYB, SEL,</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2347.01 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.3 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; suma cukrów prostych: 106.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; Sól: 3.45 g; WW: 34.27 Por; Cholesterol: 177.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , rukola 20 g ,
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2261.8 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 360.22 g; suma cukrów prostych: 104.3 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; Sól: 3.37 g; WW: 33.86 Por; Cholesterol: 177.01 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), pomidor 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2344.17 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; Sól: 7.77 g; WW: 31.35 Por; Cholesterol: 194.5 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1607.61 kcal; Białko ogółem: 70.75 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 221.31 g; suma cukrów prostych: 88.5 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g; Sól: 1.95 g; WW: 20.73 Por; Cholesterol: 138.34 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2275.68 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; suma cukrów prostych: 103.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; Sól: 3.48 g; WW: 32.87 Por; Cholesterol: 176.41 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2535.83 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 387.34 g; suma cukrów prostych: 116.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; Sól: 3.76 g; WW: 36.82 Por; Cholesterol: 196.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), salata zielona 8 g , ogórek świeży 100 g ,	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż brązowy na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2366.02 kcal; Białko ogółem: 108.9 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; suma cukrów prostych: 43.05 g; Błonnik pokarmowy: 49.06 g; Sól: 8.67 g; WW: 27.49 Por; Cholesterol: 193.52 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ryż brązowy na sypko 200 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
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>), salata zielona 20 g , brzoskwinia 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2384.54 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.4 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; suma cukrów prostych: 58.23 g; Błonnik pokarmowy: 44.31 g; Sól: 8.66 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 468.08 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ryż brązowy na sypko 200 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
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>), salata zielona 20 g , brzoskwinia 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2384.54 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.4 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; suma cukrów prostych: 58.23 g; Błonnik pokarmowy: 44.31 g; Sól: 8.66 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 468.08 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8 g , ogórek świeży 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż brązowy na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 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>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2241.13 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; suma cukrów prostych: 31.04 g; Błonnik pokarmowy: 47.97 g; Sól: 18.66 g; WW: 25.03 Por; Cholesterol: 318.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ryż brązowy na sypko 200 g,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2691.06 kcal; Białko ogółem: 122.51 g; Tłuszcz: 95.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; suma cukrów prostych: 49.67 g; Błonnik pokarmowy: 47.97 g; Sól: 19.18 g; WW: 29.9 Por; Cholesterol: 383.67 mg;

poniedziałek 2026-10-26 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>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 250 g, gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1930.76 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; suma cukrów prostych: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Sól: 7.82 g; WW: 27.34 Por; Cholesterol: 104.62 mg;

poniedziałek 2026-10-26 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,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu JARSKA 400 ml (<u>SEL</u>), ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2037.92 kcal; Białko ogółem: 43.27 g; Tłuszcz: 77.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 290.11 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; Sól: 6.34 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 179.06 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), dżem truskawkowy 50 g, herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g, gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: mus z jabłek z/c 150 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2127.11 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; suma cukrów prostych: 103.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; Sól: 7.35 g; WW: 30.51 Por; Cholesterol: 129.42 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g, gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna z/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2373.55 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; suma cukrów prostych: 48.27 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; Sól: 7.89 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 194.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), jabłko 150 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2842.55 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 95.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 380.81 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Błonnik pokarmowy: 58.27 g; Sól: 15.75 g; WW: 32.65 Por; Cholesterol: 363.02 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,	płynna - obiad 600 ml, zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2097.31 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 130.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 125.33 g; suma cukrów prostych: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 11.64 g; Sól: 1.84 g; WW: 11.56 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,	papkowata - obiad 650 ml, zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2142.71 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 130.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.29 g; Węglowodany ogółem: 136.58 g; suma cukrów prostych: 13.38 g; Błonnik pokarmowy: 12.56 g; Sól: 1.84 g; WW: 12.61 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka 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>), dżem truskawkowy 50 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g,	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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna z/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2378.98 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 333.73 g; suma cukrów prostych: 85.8 g; Błonnik pokarmowy: 17.95 g; Sól: 8.26 g; WW: 31.73 Por; Cholesterol: 195.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 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 ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna b/c 400 ml , ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2144.35 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 273.92 g; suma cukrów prostych: 29.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 9.41 g; WW: 25.19 Por; Cholesterol: 163.7 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), salata zielona 8 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż brązowy na sypko 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g ,	chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: 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>), pomidor 100 g , ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1517.02 kcal; Białko ogółem: 72.54 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 200.61 g; suma cukrów prostych: 31.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g; Sól: 7.01 g; WW: 17 Por; Cholesterol: 134.16 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , salata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż brązowy na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 150 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2355.83 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 87.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 306.88 g; suma cukrów prostych: 38.84 g; Błonnik pokarmowy: 48.22 g; Sól: 19.4 g; WW: 26.03 Por; Cholesterol: 363.67 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , polędwica z pasieki 50 g , dżem truskawkowy 50 g , herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ryż biały na sypko 200 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna z/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
		Posiłek nocny: dżem truskawkowy 50 g , chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.78 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.14 g; Węglowodany ogółem: 323.89 g; suma cukrów prostych: 89.85 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g; Sól: 7.67 g; WW: 30.63 Por; Cholesterol: 68.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g , polędwica z pasieki 50 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , dżem truskawkowy 50 g , chleb mieszany psz.-żyłt. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ryż biały na sypko 200 g ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB,</u>), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g , galaretko o smaku truskawkowym 200 g , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>),
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR,</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2473.25 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.45 g; Węglowodany ogółem: 376.8 g; suma cukrów prostych: 42.09 g; Błonnik pokarmowy: 46.32 g; Sól: 8.5 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 184.97 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ryż biały na sypko 200 g , cukinia gotowana 130 g ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.05 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 71.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; suma cukrów prostych: 51.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; Sól: 18.06 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 233.1 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE,</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU,</u>), mus z jabłek z/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1685.39 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.89 g; Sól: 2.62 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), ryż biały na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1950.73 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 215.65 g; suma cukrów prostych: 14.96 g; Błonnik pokarmowy: 13.8 g; Sól: 14.82 g; WW: 20.23 Por; Cholesterol: 208.38 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , polędwica z pasieki 50 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , herbata czarna b/c 400 ml , dżem truskawkowy 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB,</u>), herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>),
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pomidor 100 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.96 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 92.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.88 g; Węglowodany ogółem: 266.7 g; suma cukrów prostych: 37.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; Sól: 4.76 g; WW: 24.52 Por; Cholesterol: 68.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8 g, chleb bezglutenowy 120 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 100.7 g; Tłuszcz: 105.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 246.69 g; suma cukrów prostych: 20.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Sól: 14.95 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 220.78 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g, polędwica z pasieki 50 g, ogórek świeży 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8 g, chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ryż brązowy na sypko 200 g,	chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 5 g, pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.35 kcal; Białko ogółem: 91.2 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; suma cukrów prostych: 20.1 g; Błonnik pokarmowy: 43.65 g; Sól: 7.89 g; WW: 24.43 Por; Cholesterol: 184.97 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, polędwica z pasieki 50 g, sałata zielona 8 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ryż brązowy na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g, sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pomidor 100 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.31 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; suma cukrów prostych: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 4.74 g; WW: 23.76 Por; Cholesterol: 68.3 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), dżem truskawkowy 50 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL</u>), cukinia gotowana 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>), pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2156.27 kcal; Białko ogółem: 76.93 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g; Sól: 7.31 g; WW: 28.47 Por; Cholesterol: 218.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), dżem truskawkowy 50 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 150 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2123.39 kcal; Białko ogółem: 44.28 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; suma cukrów prostych: 33.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.41 g; Sól: 4.75 g; WW: 28.85 Por; Cholesterol: 184.8 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1876.57 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 238.68 g; suma cukrów prostych: 46.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Sól: 7.81 g; WW: 20.29 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), polędwica z pasieki 50 g , sałata zielona 8 g , pomidor 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mus z jabłek b/c 150 g , herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1912.02 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; suma cukrów prostych: 70.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Sól: 6.18 g; WW: 27.04 Por; Cholesterol: 171.54 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.82 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

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), dżem truskawkowy 50 g , herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 100 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 273.71 g; suma cukrów prostych: 64.52 g; Błonnik pokarmowy: 16.51 g; Sól: 7.24 g; WW: 25.8 Por; Cholesterol: 162.5 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
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>),	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: 2.05 g; WW: 9.39 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

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

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

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

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

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

poniedziałek 2026-10-26 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>),	kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.69 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2320.05 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; suma cukrów prostych: 24.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sól: 8.67 g; WW: 26.29 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , herbata czarna b/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>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1737.63 kcal; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.49 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.67 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.46 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 120 g (<u>GLU, MLE, SEL, GOR</u>), kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 120 g (<u>GLU, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), musztarda 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1276.69 kcal; Białko ogółem: 46.51 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.89 g; Węglowodany ogółem: 115.6 g; suma cukrów prostych: 8.61 g; Błonnik pokarmowy: 12.33 g; Sól: 1.84 g; WW: 10.47 Por; Cholesterol: 19.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ryż biały na sypko 200 g, cukinia gotowana 130 g,	sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), pomidor 100 g, herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 100 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2418.17 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; suma cukrów prostych: 73.89 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sól: 7.79 g; WW: 33.05 Por; Cholesterol: 194.5 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL</u>), cukinia gotowana 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>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.61 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; suma cukrów prostych: 47.47 g; Błonnik pokarmowy: 47.11 g; Sól: 18.22 g; WW: 27.63 Por; Cholesterol: 301.02 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g, hummus szt 130 g (<u>SEZ</u>), sałata zielona 8 g, herbata czarna z/c 400 ml, chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), ogórek świeży 100 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu JARSKA 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g,	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2126.13 kcal; Białko ogółem: 59.1 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Błonnik pokarmowy: 44.96 g; Sól: 6.95 g; WW: 27.4 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 120 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1844.07 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz: 54.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.4 g; Węglowodany ogółem: 271.32 g; suma cukrów prostych: 89.07 g; Błonnik pokarmowy: 15.28 g; Sól: 2.5 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 138.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 100 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2128.54 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; suma cukrów prostych: 89.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.5 g; Sól: 2.65 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 176.41 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ryż brązowy na sypko 200 g,	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, brzoskwinia 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2006.21 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 241.19 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.4 g; Sól: 7.03 g; WW: 20.9 Por; Cholesterol: 457.12 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, spaghetti z tofu z makaronem pełnoziarnistym 300 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), pomidor 100 g, chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2268.27 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 291.56 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.14 g; Sól: 18.24 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 278.12 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, ogórek świeży 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, ryż brązowy na sypko 200 g,	chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, polędwica z pasieki 50 g, herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, rukola 20 g, ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, brzoskwinia 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), pomidor 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2434.38 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 332.05 g; suma cukrów prostych: 48.16 g; Błonnik pokarmowy: 45.56 g; Sól: 9.63 g; WW: 28.57 Por; Cholesterol: 446.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ryż brązowy na sypko 200 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), poledwica z pasieki 50 g , herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , ryba po grecku b/sosu 45 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 35 g (<u>SEL, może zawierać:</u> <u>GOR</u>),
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , brzoskwinia 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2395.91 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 107.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 258.54 g; suma cukrów prostych: 46.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 4.8 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 453.56 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Ściśła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

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

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ryż biały na sypko 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>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), rzodkiewka 40 g , rukola 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.06 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Błonnik pokarmowy: 47.5 g; Sól: 14.6 g; WW: 25.42 Por; Cholesterol: 213.95 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta PAPKA 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1699.41 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 185.12 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Sól: 1.3 g; WW: 17.15 Por; Cholesterol: 427.86 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka 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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż biały na sypko 200 g , gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), pomidor 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2423.67 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; Sól: 7.77 g; WW: 31.35 Por; Cholesterol: 194.5 mg;