

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.63 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz: 98.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; suma cukrów prostych: 92.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.05 g; Sól: 7.17 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 326.01 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2828.67 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 104.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 403.73 g; suma cukrów prostych: 106.97 g; Błonnik pokarmowy: 46.18 g; Sól: 7.48 g; WW: 36.17 Por; Cholesterol: 346.01 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2439.33 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; suma cukrów prostych: 94.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g; Sól: 6.9 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 327.41 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2527.49 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; suma cukrów prostych: 84.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Sól: 5.33 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 423.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2845.21 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 425.71 g; suma cukrów prostych: 135.77 g; Błonnik pokarmowy: 45 g; Sól: 8.43 g; WW: 38.44 Por; Cholesterol: 436.41 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2596.7 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 99.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; suma cukrów prostych: 85.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; Sól: 5.52 g; WW: 30.62 Por; Cholesterol: 470.01 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2383.43 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; suma cukrów prostych: 99.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Sól: 7.36 g; WW: 33.42 Por; Cholesterol: 427.24 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.41 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.5 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; Sól: 5.08 g; WW: 35.18 Por; Cholesterol: 389.41 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2381.49 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 320.67 g; suma cukrów prostych: 48.24 g; Błonnik pokarmowy: 55.83 g; Sól: 7.96 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 375.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1970.83 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 278.5 g; suma cukrów prostych: 34.09 g; Błonnik pokarmowy: 48.45 g; Sól: 4.98 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 329.22 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sałata zielona 20 g, sok owocowy 200ml 200 g, Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2479.56 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; suma cukrów prostych: 67.04 g; Błonnik pokarmowy: 55.06 g; Sól: 6.82 g; WW: 28.8 Por; Cholesterol: 409.4 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2200.71 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; suma cukrów prostych: 35.56 g; Błonnik pokarmowy: 52.23 g; Sól: 5.62 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 342.12 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.59 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Błonnik pokarmowy: 56.33 g; Sól: 8.24 g; WW: 29.55 Por; Cholesterol: 395.2 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.75 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 302.54 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sól: 6.33 g; WW: 27.75 Por; Cholesterol: 328.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008.62 kcal; Białko ogółem: 52.47 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 286.86 g; suma cukrów prostych: 20.65 g; Błonnik pokarmowy: 17 g; Sól: 2.62 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 178.39 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.16 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 41.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 407.33 g; suma cukrów prostych: 102.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Sól: 5.26 g; WW: 38.66 Por; Cholesterol: 268.56 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2393.9 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 397 g; suma cukrów prostych: 102.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; Sól: 5.49 g; WW: 37.6 Por; Cholesterol: 321.64 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2820.23 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 106.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 384.76 g; suma cukrów prostych: 104.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sól: 7.45 g; WW: 34.52 Por; Cholesterol: 346.01 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.1 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 139.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.51 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.41 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata</span>		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2289.62 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.76 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.46 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

poniedziałek 2024-07-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Rozdrobniona</span>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka z selera i wędliny -dieta 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.2 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; suma cukrów prostych: 63.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; Sól: 6.25 g; WW: 32.7 Por; Cholesterol: 398.37 mg;

poniedziałek 2024-07-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów</span>		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE, _</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.39 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 290.86 g; suma cukrów prostych: 31.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Sól: 6.1 g; WW: 26.43 Por; Cholesterol: 378.37 mg;

poniedziałek 2024-07-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca</span>		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1702.11 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 63.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 213.96 g; suma cukrów prostych: 32.36 g; Błonnik pokarmowy: 40.14 g; Sól: 4.8 g; WW: 17.6 Por; Cholesterol: 329.95 mg;

poniedziałek 2024-07-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.99 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; suma cukrów prostych: 35.64 g; Błonnik pokarmowy: 52.23 g; Sól: 5.62 g; WW: 25.42 Por; Cholesterol: 375.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2153.43 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; suma cukrów prostych: 40.95 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; Sól: 6.07 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 715.24 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.26 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 71.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.77 g; Węglowodany ogółem: 283.3 g; suma cukrów prostych: 31.3 g; Błonnik pokarmowy: 38.78 g; Sól: 7.57 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 716.24 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1732.63 kcal; Białko ogółem: 70.9 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.01 g; Węglowodany ogółem: 252.09 g; suma cukrów prostych: 91.61 g; Błonnik pokarmowy: 45.31 g; Sól: 2.55 g; WW: 21.03 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2307.45 kcal; Białko ogółem: 64.85 g; Tłuszcz: 112.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 269.51 g; suma cukrów prostych: 74.41 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: 3.57 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 299.51 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1999.06 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 91.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 215.3 g; suma cukrów prostych: 25.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.38 g; Sól: 4.23 g; WW: 20.22 Por; Cholesterol: 715.24 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.77 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 104.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 243.64 g; suma cukrów prostych: 23.6 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 1.88 g; WW: 21.87 Por; Cholesterol: 358.49 mg;

poniedziałek 2024-07-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2243.48 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 296.89 g; suma cukrów prostych: 40.19 g; Błonnik pokarmowy: 53.56 g; Sól: 7.32 g; WW: 24.58 Por; Cholesterol: 347.78 mg;

poniedziałek 2024-07-08 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.77 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 104.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 243.64 g; suma cukrów prostych: 23.6 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 1.88 g; WW: 21.87 Por; Cholesterol: 358.49 mg;

poniedziałek 2024-07-08 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2555.39 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; suma cukrów prostych: 86.2 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sól: 6.35 g; WW: 32.55 Por; Cholesterol: 117.28 mg;

poniedziałek 2024-07-08 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2094.12 kcal; Białko ogółem: 47.12 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; suma cukrów prostych: 23.3 g; Błonnik pokarmowy: 17 g; Sól: 2.64 g; WW: 31.3 Por; Cholesterol: 178.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</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 b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jablko 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 ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1848.47 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 244.88 g; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 7.92 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 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> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1907.32 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 41.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 312.4 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.17 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</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>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1368.56 kcal; Białko ogółem: 39.24 g; Tłuszcz: 20.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 260.05 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .79 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: rogal ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3328.4 kcal; Białko ogółem: 127.52 g; Tłuszcz: 154.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; suma cukrów prostych: 91.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 1361.11 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany ots 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3011.66 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 164.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 7.27 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1353.11 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Ścista dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1309.44 kcal; Białko ogółem: 42.09 g; Tłuszcz: 19.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.54 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.03 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.39 kcal; Białko ogółem: 60.57 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.24 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.04 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.51 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.92 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <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.: 1792.79 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.49 g; suma cukrów prostych: 20.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1593.65 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 252.6 g; suma cukrów prostych: 99.74 g; Błonnik pokarmowy: 50.09 g; Sól: 3.57 g; WW: 20.7 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 200 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 885.27 kcal; Białko ogółem: 20.53 g; Tłuszcz: 15.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.21 g; Węglowodany ogółem: 171.49 g; suma cukrów prostych: 73.44 g; Błonnik pokarmowy: 13.33 g; Sól: .54 g; WW: 15.88 Por; Cholesterol: 45.28 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2462.93 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; suma cukrów prostych: 99.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Sól: 7.36 g; WW: 33.42 Por; Cholesterol: 427.24 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2623.13 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 101.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; suma cukrów prostych: 92.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.05 g; Sól: 7.17 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 326.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.51 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 101.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; suma cukrów prostych: 89.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.69 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.89 Por; Cholesterol: 117.28 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, sałatka z ogórków kiszonych 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2125.26 kcal; Białko ogółem: 52.96 g; Tłuszcz: 85.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.43 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 8.58 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny - dieta 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2590.31 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 398.75 g; suma cukrów prostych: 128.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; Sól: 7.55 g; WW: 37.54 Por; Cholesterol: 427.24 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2722.68 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 105 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Błonnik pokarmowy: 47.91 g; Sól: 9.18 g; WW: 30.2 Por; Cholesterol: 494.76 mg;

poniedziałek 2024-07-08			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2845.21 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 425.71 g; suma cukrów prostych: 135.77 g; Błonnik pokarmowy: 45 g; Sól: 8.43 g; WW: 38.44 Por; Cholesterol: 436.41 mg;