

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>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>), wędlina 30g 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2443.13 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; suma cukrów prostych: 42.01 g; Błonnik pokarmowy: 52.1 g; Sól: 21.42 g; WW: 30 Por; Cholesterol: 267.84 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
płatki owsiane 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>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>), wędlina 30g 30 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2677.02 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 382.75 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Błonnik pokarmowy: 55.98 g; Sól: 21.7 g; WW: 32.91 Por; Cholesterol: 287.84 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2155.2 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 74.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 295.96 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.19 g; Sól: 20.65 g; WW: 25.79 Por; Cholesterol: 264.65 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki 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>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2531.78 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.3 g; Węglowodany ogółem: 382.36 g; suma cukrów prostych: 83.58 g; Błonnik pokarmowy: 47.24 g; Sól: 6.27 g; WW: 33.65 Por; Cholesterol: 214.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), Mus z jabłek z/c 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <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> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2672.18 kcal; Białko ogółem: 133.62 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 393.07 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Błonnik pokarmowy: 63.67 g; Sól: 6.92 g; WW: 33.13 Por; Cholesterol: 234.39 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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> , _), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek świeży 100 g ,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2301.87 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g; Sól: 5.9 g; WW: 32.5 Por; Cholesterol: 197.75 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), 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> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2365.41 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.3 g; Węglowodany ogółem: 335 g; suma cukrów prostych: 54.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; Sól: 5.66 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 220.15 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2391.25 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.3 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sól: 5.72 g; WW: 32.11 Por; Cholesterol: 229.15 mg;

środa 2024-07-10 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), brokuł gotowany 130 g , 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> , _), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 30 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2483.95 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 337.84 g; suma cukrów prostych: 36.61 g; Błonnik pokarmowy: 46.39 g; Sól: 20.87 g; WW: 29.19 Por; Cholesterol: 274.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1812.78 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 263.13 g; suma cukrów prostych: 33.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; Sól: 4.51 g; WW: 22.75 Por; Cholesterol: 133.47 mg;

środa 2024-07-10			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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), brokuł gotowany 130 g, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g, arbuz 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, wędlina 30g 30 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2597.11 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; Tłuszcz: 90.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Błonnik pokarmowy: 52.91 g; Sól: 6.8 g; WW: 30.76 Por; Cholesterol: 231.09 mg;

środa 2024-07-10			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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2368.82 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; suma cukrów prostych: 36.04 g; Błonnik pokarmowy: 51.23 g; Sól: 20.94 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 232.96 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), brokuł gotowany 130 g, 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, pomidor 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2919.17 kcal; Białko ogółem: 143.66 g; Tłuszcz: 102.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.8 g; Węglowodany ogółem: 396.1 g; suma cukrów prostych: 51.55 g; Błonnik pokarmowy: 57.51 g; Sól: 21.87 g; WW: 33.93 Por; Cholesterol: 311.34 mg;

środa 2024-07-10			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>), pasta z twarogu 150 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.54 kcal; Białko ogółem: 124.49 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; suma cukrów prostych: 40.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g; Sól: 7.53 g; WW: 28.48 Por; Cholesterol: 162.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 250 g (<u>GLU, SEL</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.29 kcal; Białko ogółem: 54.87 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; suma cukrów prostych: 37.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; Sól: 4.28 g; WW: 32.57 Por; Cholesterol: 121.44 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2224.66 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 373.9 g; suma cukrów prostych: 97.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; Sól: 5.29 g; WW: 34.06 Por; Cholesterol: 200.62 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, 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>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2194.09 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 47.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 366.21 g; suma cukrów prostych: 88.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.15 g; Sól: 5.43 g; WW: 33.24 Por; Cholesterol: 151.62 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2754.63 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 88.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; suma cukrów prostych: 60.79 g; Błonnik pokarmowy: 53.83 g; Sól: 21.94 g; WW: 33.7 Por; Cholesterol: 299.84 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2291.1 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 145.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.16 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
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;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE, _</u>), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL, _</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB, _</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2293.46 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 338.82 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 188.7 mg;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE, _</u>), Mus z jabłek z/c 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL, _</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</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>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), pasta z drobiu i warzyw 50 g (<u>SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2482.89 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 357.55 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; Sól: 5.1 g; WW: 32.44 Por; Cholesterol: 210.1 mg;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE, _</u>), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), kasza gryczana na sypko 150 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL, _</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB, _</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: arbuz 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1521.43 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 46.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.69 g; Węglowodany ogółem: 217.91 g; suma cukrów prostych: 36.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; Sól: 3.72 g; WW: 18.76 Por; Cholesterol: 107.28 mg;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE, _</u>), szczypiorek 20 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, _</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, SEL, _</u>), brokuł gotowany 130 g , 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, 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>), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2484.5 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 87.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; suma cukrów prostych: 39.13 g; Błonnik pokarmowy: 51.23 g; Sól: 20.9 g; WW: 29.04 Por; Cholesterol: 269.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (GLU), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 250 g , b/ml Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (GLU, SEL), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (GLU), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (RYB), sos po grecku do ryby 70 g (SEL), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 70 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2131 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.49 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; suma cukrów prostych: 57.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; Sól: 4.73 g; WW: 29.42 Por; Cholesterol: 111.61 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (GLU), chleb razowy 50 g (GLU), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , b/ml Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (GLU, SEL), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (GLU), chleb razowy 50 g (GLU), margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g (RYB, SEL, GOR), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (GLU), margaryna 15 g , ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2170.13 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.88 g; Węglowodany ogółem: 307.12 g; suma cukrów prostych: 25.96 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g; Sól: 20.15 g; WW: 26.75 Por; Cholesterol: 183.11 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (GLU), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , kasza gryczana na sypko 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (GLU), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2045.27 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 287.94 g; suma cukrów prostych: 72.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.89 g; Sól: 1.92 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (MLE), pasta z twarogu 100 g (MLE), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy z warzywami b/glut, b/ml 200 g (SEL), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (MLE), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (RYB, SEL, GOR), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2045.05 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 94.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 230.58 g; suma cukrów prostych: 28.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.1 g; Sól: 16.52 g; WW: 21.26 Por; Cholesterol: 229.23 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g (SEL, może zawierać: GOR), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g (RYB, SEL, GOR), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2146.55 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 107.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.47 g; Węglowodany ogółem: 215.4 g; suma cukrów prostych: 18.33 g; Błonnik pokarmowy: 14.17 g; Sól: 16.33 g; WW: 20.21 Por; Cholesterol: 219.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy z warzywami b/glut, b/ml 200 g (<u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2135.05 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 97.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.9 g; Węglowodany ogółem: 239.88 g; suma cukrów prostych: 34.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.1 g; Sól: 16.76 g; WW: 22.16 Por; Cholesterol: 241.23 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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>), margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, 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 15 g , ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2299.15 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 85.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.87 g; Węglowodany ogółem: 308.8 g; suma cukrów prostych: 33.73 g; Błonnik pokarmowy: 44.87 g; Sól: 21.76 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 221.2 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2200.55 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 108.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.62 g; Węglowodany ogółem: 226.8 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; Sól: 17.78 g; WW: 21.01 Por; Cholesterol: 219.7 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB, 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>), ogórek świeży 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2405.42 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 353.86 g; suma cukrów prostych: 45.77 g; Błonnik pokarmowy: 46.2 g; Sól: 21.54 g; WW: 31.02 Por; Cholesterol: 199.53 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2232.66 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.83 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2022.01 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 247.82 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; Sól: 7.53 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

środa 2024-07-10			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>), kasza gryczana na sypko 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.: 1550.33 kcal; Białko ogółem: 46.64 g; Tłuszcz: 24.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.66 g; Węglowodany ogółem: 289.68 g; suma cukrów prostych: 9.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g; Sól: .78 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),		pomidorowa z makaronem - ots 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż biały na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml (<u>MLE</u>), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3327.09 kcal; Białko ogółem: 163.38 g; Tłuszcz: 149.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.03 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; suma cukrów prostych: 69.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.89 Por; Cholesterol: 840.98 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),		pomidorowa z makaronem ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml (<u>MLE</u>), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3246.39 kcal; Białko ogółem: 158.94 g; Tłuszcz: 142.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 355.94 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.51 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</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;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>),			

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;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, 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;

środa 2024-07-10			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 ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, 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, JAJ, SOJ, MLE,</u>), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	kasza gryczana na sytko 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.: 1974.56 kcal; Białko ogółem: 65.83 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; suma cukrów prostych: 19.82 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Sól: 1.43 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU</u>),		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt,		chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: banan 200 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1920.55 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 276.54 g; suma cukrów prostych: 98.97 g; Błonnik pokarmowy: 52.91 g; Sól: 4.71 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		grochówka z ziemniakami 450 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 898.84 kcal; Białko ogółem: 53.81 g; Tłuszcz: 22.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.45 g; Węglowodany ogółem: 126.19 g; suma cukrów prostych: 12.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.32 g; Sól: 1.82 g; WW: 10.87 Por; Cholesterol: 116.12 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane 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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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>), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u>), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2286.41 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 74.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; suma cukrów prostych: 53.2 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Sól: 5.47 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 224.15 mg;

środa 2024-07-10			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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 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>), śledź w salsie meksykańskiej 220 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>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>), ogórek świeży 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2405.42 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 353.86 g; suma cukrów prostych: 45.77 g; Błonnik pokarmowy: 46.2 g; Sól: 21.54 g; WW: 31.02 Por; Cholesterol: 199.53 mg;

środa 2024-07-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 100 g,		kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>),		chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>),	
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2079.55 kcal; Białko ogółem: 58.77 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.13 g; Węglowodany ogółem: 295.61 g; suma cukrów prostych: 48.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g; Sól: 6.42 g; WW: 26.08 Por; Cholesterol: 18.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), Mus z jabłek z/c 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <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> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2368.92 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; Sól: 5.51 g; WW: 30.56 Por; Cholesterol: 216.3 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), Mus z jabłek z/c 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <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> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2549.58 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 367.19 g; suma cukrów prostych: 97.64 g; Błonnik pokarmowy: 62.77 g; Sól: 8.07 g; WW: 30.55 Por; Cholesterol: 235.79 mg;

środa 2024-07-10 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane 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> , _), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , _), Mus z jabłek z/c 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <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> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g (<u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2672.18 kcal; Białko ogółem: 133.62 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 393.07 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Błonnik pokarmowy: 63.67 g; Sól: 6.92 g; WW: 33.13 Por; Cholesterol: 234.39 mg;