

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-07-14</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> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2315.9 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; suma cukrów prostych: 45.85 g; Błonnik pokarmowy: 39.65 g; Sól: 6.25 g; WW: 28.15 Por; Cholesterol: 267.81 mg;

<b>niedziela 2024-07-14</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> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2551.06 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 91.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; suma cukrów prostych: 59.88 g; Błonnik pokarmowy: 42.24 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 287.81 mg;

<b>niedziela 2024-07-14</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> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2141.46 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 74.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 292.86 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 4.86 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 234.56 mg;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.51 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 311.61 g; suma cukrów prostych: 97.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Sól: 4.48 g; WW: 29.17 Por; Cholesterol: 253.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
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> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.24 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 372.51 g; suma cukrów prostych: 94.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 5.68 g; WW: 33.73 Por; Cholesterol: 253.16 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2419.66 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 340.5 g; suma cukrów prostych: 98.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.31 Por; Cholesterol: 254.16 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: 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> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.91 kcal; Białko ogółem: 108.6 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 285.15 g; suma cukrów prostych: 93.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; Sól: 5.1 g; WW: 26.88 Por; Cholesterol: 282.93 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2438.97 kcal; Białko ogółem: 134.27 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; suma cukrów prostych: 119.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.6 g; Sól: 5.61 g; WW: 31.14 Por; Cholesterol: 303.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			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> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU. JAJ. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL. może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU. MLE. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , 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> ), ogórek świeży 100 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2331.75 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; suma cukrów prostych: 28.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.74 g; Sól: 7.29 g; WW: 25.43 Por; Cholesterol: 288.73 mg;

niedziela 2024-07-14			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> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU. JAJ. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL. może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU. MLE. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1779.63 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 242.46 g; suma cukrów prostych: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g; Sól: 6.01 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 217.45 mg;

niedziela 2024-07-14			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> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU. JAJ. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL. może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU. MLE. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , 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> ), rzodkiewka 40g 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 119.55 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; suma cukrów prostych: 56.95 g; Błonnik pokarmowy: 42.8 g; Sól: 9.57 g; WW: 28.37 Por; Cholesterol: 310.48 mg;

niedziela 2024-07-14			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> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU. JAJ. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL. może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU. MLE. SEL. może zawierać: GOR.</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , 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. 5g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.41 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 266.64 g; suma cukrów prostych: 25.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 6.64 g; WW: 23.11 Por; Cholesterol: 230.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , 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> ), ogórek świeży 100 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2528.85 kcal; Białko ogółem: 130.24 g; Tłuszcz: 91.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 321.3 g; suma cukrów prostych: 40.74 g; Błonnik pokarmowy: 41.24 g; Sól: 7.57 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 308.73 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i 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> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1995.33 kcal; Białko ogółem: 110.9 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 285.46 g; suma cukrów prostych: 32.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sól: 5.92 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 206.22 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.47 kcal; Białko ogółem: 51.36 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 278.17 g; suma cukrów prostych: 37.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; Sól: 1.73 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 224.73 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2068.44 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.44 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; suma cukrów prostych: 112.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g; Sól: 4.45 g; WW: 30.83 Por; Cholesterol: 202.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			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> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
					<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.61 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 329.85 g; suma cukrów prostych: 98.96 g; Błonnik pokarmowy: 20.34 g; Sól: 4.79 g; WW: 31.24 Por; Cholesterol: 274.1 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),					<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2592.5 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 93.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; suma cukrów prostych: 58.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.15 g; Sól: 6.53 g; WW: 30.88 Por; Cholesterol: 287.81 mg;

niedziela 2024-07-14			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> ),			
<b>II Śniadanie:</b> płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),					<b>Posiłek nocny:</b> płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
<b>II Śniadanie:</b> papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),					<b>Posiłek nocny:</b> papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
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> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
					<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.63 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; suma cukrów prostych: 99.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g; Sól: 5 g; WW: 34.03 Por; Cholesterol: 314.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <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.: 2212.15 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 297.22 g; suma cukrów prostych: 44.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 7.33 g; WW: 26.58 Por; Cholesterol: 279.56 mg;

niedziela 2024-07-14		
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> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,	rosół z makaronem 200 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 100 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1718.56 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 206.72 g; suma cukrów prostych: 26.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sól: 6.16 g; WW: 17.75 Por; Cholesterol: 254.85 mg;

niedziela 2024-07-14		
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> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2240.09 kcal; Białko ogółem: 122.6 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 278.03 g; suma cukrów prostych: 35.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 6.84 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 278.63 mg;

niedziela 2024-07-14		
Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5g, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.76 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.44 g; Węglowodany ogółem: 282.91 g; suma cukrów prostych: 45.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; Sól: 4.89 g; WW: 26.64 Por; Cholesterol: 152.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlna 50 g , dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.65 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.58 g; Węglowodany ogółem: 295.85 g; suma cukrów prostych: 26.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sól: 5.93 g; WW: 26.12 Por; Cholesterol: 218.98 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), 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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1963.23 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 90.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 222.75 g; suma cukrów prostych: 38.49 g; Błonnik pokarmowy: 10.99 g; Sól: 1.06 g; WW: 21.26 Por; Cholesterol: 158.63 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 50 g , dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.51 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 95.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.38 g; Węglowodany ogółem: 207.71 g; suma cukrów prostych: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 8.34 g; Sól: 1.37 g; WW: 20.01 Por; Cholesterol: 146.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , 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> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2087.22 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 224.7 g; suma cukrów prostych: 14.57 g; Błonnik pokarmowy: 13.08 g; Sól: 1.77 g; WW: 21.18 Por; Cholesterol: 209.95 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 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 ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2124.66 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.96 g; Węglowodany ogółem: 277.5 g; suma cukrów prostych: 30.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sól: 7.38 g; WW: 24.11 Por; Cholesterol: 149.65 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem b/glu 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.86 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 100.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.09 g; Węglowodany ogółem: 235.74 g; suma cukrów prostych: 21.58 g; Błonnik pokarmowy: 14.23 g; Sól: 3.7 g; WW: 22.18 Por; Cholesterol: 146.75 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
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> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), .pasta z soczewicy 80 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2460.25 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 400.77 g; suma cukrów prostych: 59.78 g; Błonnik pokarmowy: 54.34 g; Sól: 5.29 g; WW: 35 Por; Cholesterol: 146.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			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.: 1846.21 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 244.29 g; suma cukrów prostych: 48.8 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g; Sól: 7.9 g; WW: 20.76 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

niedziela 2024-07-14			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;

niedziela 2024-07-14			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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa 160 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), knedle ze śliwką ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), śmietana 18% ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g ( <u>SEL</u> ),	
				Posiłek nocny: herbatniki ots 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3012.66 kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 142.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 311.37 g; suma cukrów prostych: 74.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Sól: 7.46 g; WW: 28.66 Por; Cholesterol: 457.33 mg;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane 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> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g, Filet z kurczaka gotowany ots 80 g, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g ( <u>SEL</u> ),	
				Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2464.94 kcal; Białko ogółem: 137.05 g; Tłuszcz: 106.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.29 g; Węglowodany ogółem: 239.12 g; suma cukrów prostych: 40.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; Sól: 8.53 g; WW: 21.24 Por; Cholesterol: 399.61 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

niedziela 2024-07-14			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;

niedziela 2024-07-14			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.: 2014.65 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 51.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 233.63 g; suma cukrów prostych: 44.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 2.89 g; WW: 20.05 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14		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 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 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;

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1266.91 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.61 g; Węglowodany ogółem: 118.72 g; suma cukrów prostych: 6.2 g; Błonnik pokarmowy: 9.37 g; Sól: 2.48 g; WW: 11.06 Por; Cholesterol: 250.41 mg;

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.97 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 72.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 302.52 g; suma cukrów prostych: 93.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.45 g; Sól: 5.47 g; WW: 28.54 Por; Cholesterol: 282.93 mg;

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2123.81 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 71.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 291.52 g; suma cukrów prostych: 75.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sól: 4.66 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 219.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA	
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> ), twaróg na słočko 100 g ( <u>MLE.</u> ), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ.</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z soczewicy 80 g ( <u>SEL.</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2354.35 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 389.48 g; suma cukrów prostych: 50.47 g; Błonnik pokarmowy: 54.34 g; Sól: 5.09 g; WW: 33.85 Por; Cholesterol: 131.53 mg;

niedziela 2024-07-14		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 70 g, sałata zielona 8g 8 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarski 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ.</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g ( <u>SEL.</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168 kcal; Białko ogółem: 63.03 g; Tłuszcz: 70.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.06 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; suma cukrów prostych: 56.55 g; Błonnik pokarmowy: 44.98 g; Sól: 5.34 g; WW: 29.53 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

niedziela 2024-07-14		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> ), twaróg na słočko 100 g ( <u>MLE.</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.94 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; suma cukrów prostych: 82.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Sól: 5.47 g; WW: 29.63 Por; Cholesterol: 183.73 mg;

niedziela 2024-07-14		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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE.</u> ), jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL.</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. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.3 kcal; Białko ogółem: 111.7 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; suma cukrów prostych: 66.85 g; Błonnik pokarmowy: 50.76 g; Sól: 9.37 g; WW: 25.36 Por; Cholesterol: 211.83 mg;

niedziela 2024-07-14		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna	
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> ), twaróg na słočko 100 g ( <u>MLE.</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), wędlina 50 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474.34 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 78.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.8 g; Węglowodany ogółem: 361.22 g; suma cukrów prostych: 84.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 5.48 g; WW: 32.58 Por; Cholesterol: 237.96 mg;