

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie  | Obiad - Podwieczorek   | Kolacja - Posiłek nocny   |
| <b>sobota 2024-07-20</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.1 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 109.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.91 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; suma cukrów prostych: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 8.77 g; WW: 22.87 Por; Cholesterol: 390.56 mg;

| <b>sobota 2024-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>   |  |   |
|---|--|---|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2636.44 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 114.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.92 g; Węglowodany ogółem: 306.51 g; suma cukrów prostych: 47.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 9.08 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 410.56 mg;

| <b>sobota 2024-07-20</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),  |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2475.3 kcal; Białko ogółem: 105.1 g; Tłuszcz: 109.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.27 g; Węglowodany ogółem: 282.9 g; suma cukrów prostych: 42.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.2 g; Sól: 8.64 g; WW: 25.03 Por; Cholesterol: 323.56 mg;

| <b>sobota 2024-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>  |  |   |
|--|--|---|
| chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 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, rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),  |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2513.1 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 109.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.27 g; Węglowodany ogółem: 287.8 g; suma cukrów prostych: 38.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Sól: 8.45 g; WW: 26.29 Por; Cholesterol: 322.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20   |  |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych |   |  |
|---|--|---|--|---|--|
| 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szyńka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |  | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
| II Śniadanie: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |  |   |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2778.34 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 124.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.1 g; Węglowodany ogółem: 324.73 g; suma cukrów prostych: 41.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; Sól: 13.48 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 423.36 mg;

| sobota 2024-07-20   |  |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca |  |  |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szyńka wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
| II Śniadanie: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |  |   |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2391.47 kcal; Białko ogółem: 114.5 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 278.12 g; suma cukrów prostych: 41.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; Sól: 6.51 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 272.11 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |   |  |
|--|--|---|-----------------------------------|---|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL</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> ), cukinia gotowana 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
|  |  |   |                                   | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2385.25 kcal; Białko ogółem: 123.4 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 281.48 g; suma cukrów prostych: 63.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.66 g; Sól: 10.55 g; WW: 26.58 Por; Cholesterol: 279.98 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL</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> ), cukinia gotowana 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
| II Śniadanie: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),   |  |   |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2750.65 kcal; Białko ogółem: 131.93 g; Tłuszcz: 98.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 342.51 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; Sól: 11.55 g; WW: 32.48 Por; Cholesterol: 300.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20   |   |   | 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> ),<br>pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka<br>konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c<br>400 ml, | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80<br>g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny<br>mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać:<br/>GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z<br>jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c<br>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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,        |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.3 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 100.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.8 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; Sól: 9.52 g; WW: 23.5 Por; Cholesterol: 253.13 mg;

| sobota 2024-07-20  |   |   | 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<br>wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,<br>sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80<br>g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny<br>mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać:<br/>GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z<br>jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka<br>z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,   |   | Posiłek nocny: pomidor 100 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1793.1 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 233.61 g; suma cukrów prostych: 33.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; Sól: 6.01 g; WW: 19.75 Por; Cholesterol: 139.25 mg;

| sobota 2024-07-20   |   |  | 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> ),<br>pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka<br>konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c<br>400 ml, | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80<br>g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny<br>mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać:<br/>GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z<br>jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka<br>z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,<br>wędlina 50 g, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, arbuz 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,                                    |   | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,                   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2644.56 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 108.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.68 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; suma cukrów prostych: 63.4 g; Błonnik pokarmowy: 45.95 g; Sól: 7.84 g; WW: 27.23 Por; Cholesterol: 261.89 mg;

| sobota 2024-07-20   |   |   | 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<br>wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g,<br>sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80<br>g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny<br>mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać:<br/>GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z<br>jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka<br>z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |   | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.52 kcal; Białko ogółem: 115.11 g; Tłuszcz: 88.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; suma cukrów prostych: 33.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sól: 7.18 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 220.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)   |   |   |
|---|---|---|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), surówka z białej kapusty 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),  | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2626.4 kcal; Białko ogółem: 130.22 g; Tłuszcz: 105.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.78 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; suma cukrów prostych: 58.72 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; Sól: 9.8 g; WW: 26.91 Por; Cholesterol: 273.13 mg;

| sobota 2024-07-20 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 wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), cukinia gotowana 130 g, 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g,   |   | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1913.2 kcal; Białko ogółem: 125.2 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 251.25 g; suma cukrów prostych: 24.53 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Sól: 10.02 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 132.65 mg;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa  |   |   |
|--|---|---|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,   |   | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1971.21 kcal; Białko ogółem: 54.77 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 258.78 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Błonnik pokarmowy: 14.88 g; Sól: 7.57 g; WW: 24.43 Por; Cholesterol: 211.08 mg;

| sobota 2024-07-20 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 wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
| II Śniadanie: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.81 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.52 g; suma cukrów prostych: 101.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g; Sól: 9.86 g; WW: 34.04 Por; Cholesterol: 122.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |  |  |  |
|   |   | Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.49 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; suma cukrów prostych: 105.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; Sól: 9.14 g; WW: 31.58 Por; Cholesterol: 191.99 mg;

| sobota 2024-07-20  |   |  | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal) |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynga wieprzowa duszona 90 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), paszтет zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2675.7 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 117.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 296.87 g; suma cukrów prostych: 44.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 9.05 g; WW: 26.28 Por; Cholesterol: 410.56 mg;

| sobota 2024-07-20  |                        |   | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona |  |  |
|--|------------------------|---|--|--|--|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |  |  |  |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                        | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| sobota 2024-07-20   |                           |  | 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> ),                      |                                |  |  |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                           | Posiłek nocny: 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;

| sobota 2024-07-20   |   |   | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona |  |  |
|---|---|---|-----------------------------------|--|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |                                   |  |  |
|   |   | Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),   |                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2457.01 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; suma cukrów prostych: 106.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; Sól: 9.31 g; WW: 34.37 Por; Cholesterol: 238.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20  |  |  | 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 wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.93 kcal; Białko ogółem: 114.1 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; suma cukrów prostych: 33.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Sól: 9.62 g; WW: 26.18 Por; Cholesterol: 212.11 mg;

| sobota 2024-07-20   |  |   | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca |  |  |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 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 białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 100 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1761.21 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 203.53 g; suma cukrów prostych: 33.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sól: 6.24 g; WW: 17.3 Por; Cholesterol: 184.95 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |  | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa |  |  |
|--|--|--|--------------------------------------|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |                                      |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,   |                                      |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2235.8 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 97.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; suma cukrów prostych: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sól: 7.18 g; WW: 22.1 Por; Cholesterol: 253.13 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |   | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.91 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 277.23 g; suma cukrów prostych: 88.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; Sól: 9.41 g; WW: 25.5 Por; Cholesterol: 153.41 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |   |  |  |
|  |  |  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1837.69 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.04 g; Węglowodany ogółem: 260.83 g; suma cukrów prostych: 45.13 g; Błonnik pokarmowy: 40.06 g; Sól: 6.6 g; WW: 22.26 Por; Cholesterol: 64.63 mg;

| sobota 2024-07-20   |  |  | 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;

| sobota 2024-07-20  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN              |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |  |  |  |
|  |  |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1995.07 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 99.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 185.95 g; suma cukrów prostych: 34.53 g; Błonnik pokarmowy: 13.36 g; Sól: 1.99 g; WW: 17.38 Por; Cholesterol: 201.81 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA       |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 50 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |  |  |  |
|  |  |  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, sok pomidorowy 300 ml, |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.99 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 95.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.94 g; Węglowodany ogółem: 204.34 g; suma cukrów prostych: 39.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.66 g; Sól: 3.26 g; WW: 18.84 Por; Cholesterol: 63.63 mg;

| sobota 2024-07-20  |   |   | 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 wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL. może zawierać: GOR.</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatką z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |   |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   |   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.44 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 110.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 209.81 g; suma cukrów prostych: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Sól: 2.29 g; WW: 19.37 Por; Cholesterol: 192.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, |  | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), 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, wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,                           |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2039.64 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.66 g; Węglowodany ogółem: 267.48 g; suma cukrów prostych: 40.44 g; Błonnik pokarmowy: 44.52 g; Sól: 8.13 g; WW: 22.53 Por; Cholesterol: 65.65 mg;

| sobota 2024-07-20   |  |  | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, |  | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,  |  |  |  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,          |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.64 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 103.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 217.09 g; suma cukrów prostych: 26.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Sól: 3.56 g; WW: 19.72 Por; Cholesterol: 87.55 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |  | 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 brokołu 100 g, sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |  | marchewkowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, surówka z białej kapusty 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |  |
|  |  |  |                                    | Posiłek nocny: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149 kcal; Białko ogółem: 69.88 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 289.71 g; suma cukrów prostych: 39.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 5.7 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 158.18 mg;

| sobota 2024-07-20  |  |   | 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, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, 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> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),  |  |   |   | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, 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;

| sobota 2024-07-20  |  |   | 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, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |   | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, 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, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,   |  |   |   | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Biegunkowa  |  |  |
|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                            |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  | <b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS   |   |   |
|---|---|---|
| kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretką o smaku truskawkowym ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3241.97 kcal; Białko ogółem: 145.49 g; Tłuszcz: 143.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; suma cukrów prostych: 59.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 8.59 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.  |   |  |
|---|---|--|
| kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3051.57 kcal; Białko ogółem: 154.53 g; Tłuszcz: 149.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.3 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 1398.35 mg;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

| sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)  |  |  |
|--|--|--|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), 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> ), 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> ), 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.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20   |  |   | 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 ,<br>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 ,<br>Herbata czarna b/c 200 ml , | grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,<br>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.łt.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;

| sobota 2024-07-20   |  |  | 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.łt.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;

| sobota 2024-07-20   |   |  | 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 , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2014.65 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 51.3 g; Kw.łt.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;

| sobota 2024-07-20   |  |  | 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.łt.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;

| sobota 2024-07-20   |  |  | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |  |  |
|---|--|--|----------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |                                  |  |  |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,  |  | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |                                  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1593.65 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw.łt.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20 |  | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny  |
|-------------------|--|---|
|                   |  | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 840.66 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz: 37.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.02 g; Węglowodany ogółem: 79.04 g; suma cukrów prostych: 17.76 g; Błonnik pokarmowy: 12.78 g; Sól: 2.51 g; WW: 6.7 Por; Cholesterol: 135.21 mg;

| sobota 2024-07-20   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji  |
|---|--|--|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEL</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ). | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),   |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2750.65 kcal; Białko ogółem: 131.93 g; Tłuszcz: 98.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 342.51 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; Sól: 11.55 g; WW: 32.48 Por; Cholesterol: 300.38 mg;

| sobota 2024-07-20  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA   |
|--|--|---|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), pasta z brokołu 100 g , sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | marchewkowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> , <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149 kcal; Białko ogółem: 69.88 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 289.71 g; suma cukrów prostych: 39.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 5.7 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 158.18 mg;

| sobota 2024-07-20   |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA  |
|---|--|---|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), margaryna 15 g , pasta z brokołu 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , surówka z białej kapusty 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Leczo wegetariańskie 300 g , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> , <u>SEL</u> ), |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1978.03 kcal; Białko ogółem: 45.86 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.39 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; suma cukrów prostych: 83.1 g; Błonnik pokarmowy: 51.67 g; Sól: 5.28 g; WW: 27.57 Por; Cholesterol: 1 mg;

| sobota 2024-07-20   |  | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna  |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEL</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),  |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.75 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 113.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 318.94 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.2 g; Sól: 12.01 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 339.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-07-20  |   |   | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa |  |  |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka<br>konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80<br>g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny<br>mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać:<br/>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i<br>porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>Herbata czarna b/c 400 ml, |  |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | <b>Podwieczorek:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2294.42 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 93.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 255.23 g; suma cukrów prostych: 46.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g; Sól: 13.21 g; WW: 21.89 Por; Cholesterol: 265.13 mg;

| sobota 2024-07-20  |   |  | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ),<br>ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g,<br>kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, Szyńka wieprzowa<br>duszona 90 g, sos własny mięśny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ser topiony<br>25 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna b/c<br>400 ml, |  |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), masło<br>82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |   | <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2854.65 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 122.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 347.9 g; suma cukrów prostych: 68.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 13.05 g; WW: 31.09 Por; Cholesterol: 362.97 mg;