

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), kielbasa biała 120 g, musztarda 20 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2393.26 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 273.88 g; suma cukrów prostych: 46.39 g; Błonnik pokarmowy: 38.92 g; Sól: 7.22 g; WW: 23.65 Por; Cholesterol: 222.48 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
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>), kielbasa biała 120 g, musztarda 20 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), 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>), sałatka wykwinna 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2802.94 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 118.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 347.29 g; suma cukrów prostych: 55.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.27 g; Sól: 6.1 g; WW: 30.68 Por; Cholesterol: 212.48 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), 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>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 293.84 g; suma cukrów prostych: 38.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.46 g; Sól: 6.1 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 282.88 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: arbuz 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2512.51 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 325.68 g; suma cukrów prostych: 54.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; Sól: 6.48 g; WW: 30.07 Por; Cholesterol: 254.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych			
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,				Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2677.47 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 379.48 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; Sól: 6.23 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 272.79 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca			
chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. (<u>GLU</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: arbuz 200 g,				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2408.34 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; suma cukrów prostych: 56.3 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Sól: 5.95 g; WW: 29.18 Por; Cholesterol: 282.88 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna			
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>), 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 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: banan 200 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2421.49 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 7.58 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 269.29 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)			
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 8 g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: banan 200 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2000.58 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 260.19 g; suma cukrów prostych: 74.43 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 4.94 g; WW: 24.19 Por; Cholesterol: 213.89 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)			
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 8 g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: banan 200 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143.23 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 288.9 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g; Sól: 5.07 g; WW: 26.93 Por; Cholesterol: 220.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
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>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinтна - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2476.53 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 84.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; suma cukrów prostych: 87.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; Sól: 5.81 g; WW: 32.42 Por; Cholesterol: 240.49 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinтна 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2384.85 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.6 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; suma cukrów prostych: 34.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sól: 5.97 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 229.2 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinтна 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1781.69 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 230.9 g; suma cukrów prostych: 28.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; Sól: 4.56 g; WW: 20.39 Por; Cholesterol: 160.4 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinтна 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, arbusz 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2299.5 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 91.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 286.4 g; suma cukrów prostych: 56.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g; Sól: 4.92 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 218.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 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 wykwintna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, arbusz 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2576.7 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 347.36 g; suma cukrów prostych: 60.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.38 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.81 Por; Cholesterol: 219.68 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40g 40 g, sałata zielona 8g 8 g,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.02 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 266.91 g; suma cukrów prostych: 37.84 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; Sól: 7.31 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 203.7 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 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 wykwintna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2714.73 kcal; Białko ogółem: 128.58 g; Tłuszcz: 106.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.88 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; suma cukrów prostych: 46.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sól: 6.25 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 282.28 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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>), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwintna - dieta 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), sok pomidorowy 300 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.96 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 41.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.93 g; Węglowodany ogółem: 324.75 g; suma cukrów prostych: 27.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.43 Por; Cholesterol: 106.08 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwintna - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2430.16 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 95.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 317.33 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 13.06 g; Sól: 2.96 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 223.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, kukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2148.03 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 49.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; suma cukrów prostych: 92.49 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g; Sól: 8.63 g; WW: 32.88 Por; Cholesterol: 147.68 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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>), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: banan 200 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2243.34 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; suma cukrów prostych: 78.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g; Sól: 4.17 g; WW: 33.77 Por; Cholesterol: 171.96 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa biała 120 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), musztarda 20 g,		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: gruszka 150 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2682.92 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 114.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; suma cukrów prostych: 50.82 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 5.97 g; WW: 29.32 Por; Cholesterol: 212.48 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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;

poniedziałek 2024-07-22			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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: banan 200 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2594.23 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 389.26 g; suma cukrów prostych: 80.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; Sól: 5.23 g; WW: 36.85 Por; Cholesterol: 305.17 mg;

poniedziałek 2024-07-22			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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 97.1 g; Tłuszcz: 87.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; suma cukrów prostych: 29.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; Sól: 6.63 g; WW: 30.34 Por; Cholesterol: 297.17 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 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 wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: arbuz 200 g,				Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1760.73 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 219.31 g; suma cukrów prostych: 33.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sól: 4.45 g; WW: 19.23 Por; Cholesterol: 160.4 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa biała 120 g, pomidor 100 g, musztarda 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 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 wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2522.95 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 113.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 295.74 g; suma cukrów prostych: 33.49 g; Błonnik pokarmowy: 36 g; Sól: 6.17 g; WW: 26.1 Por; Cholesterol: 206.78 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.8 g; Węglowodany ogółem: 310.4 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Sól: 5.64 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 121.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			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 , wędlina 50 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), 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 , sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2103.87 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.04 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; suma cukrów prostych: 32.9 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g; Sól: 5.01 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 75.95 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1863.5 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2094.23 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 95.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 232.4 g; suma cukrów prostych: 27.09 g; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; Sól: 2.38 g; WW: 22.07 Por; Cholesterol: 248.03 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1933.65 kcal; Białko ogółem: 77.3 g; Tłuszcz: 81.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.49 g; Węglowodany ogółem: 230.8 g; suma cukrów prostych: 25.21 g; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; Sól: 1.59 g; WW: 21.92 Por; Cholesterol: 74.95 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2366.08 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 102.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 264.38 g; suma cukrów prostych: 18.74 g; Błonnik pokarmowy: 11.39 g; Sól: 1.8 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 170.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2226.4 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.79 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; suma cukrów prostych: 35.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Sól: 6.93 g; WW: 28.4 Por; Cholesterol: 77.85 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), wędlina 50 g,	sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2304.4 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 97.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.92 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; suma cukrów prostych: 26.31 g; Błonnik pokarmowy: 14.69 g; Sól: 3.25 g; WW: 26.19 Por; Cholesterol: 74.95 mg;

poniedziałek 2024-07-22 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2380.21 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; suma cukrów prostych: 45.99 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 8.78 g; WW: 28.87 Por; Cholesterol: 233.93 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
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>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2540.56 kcal; Białko ogółem: 55.79 g; Tłuszcz: 97.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; suma cukrów prostych: 30.4 g; Błonnik pokarmowy: 15.78 g; Sól: 3.47 g; WW: 33.41 Por; Cholesterol: 174.81 mg;

poniedziałek 2024-07-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.4 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sól: 4.97 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2000.95 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 243.76 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.64 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	

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

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), omlet na słonko ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), zacierka na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ryba pieczona ots 120 g (<u>RYB</u>), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: rogal ots 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), dżem szt ots 25 g,	

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

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omlet na słonko ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), zacierka na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ryba pieczona ots 120 g (<u>RYB</u>), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), brokuł gotowany ots 150 g,	

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

poniedziałek 2024-07-22			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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			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;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>),			

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

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),			

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

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE,</u>), chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE,</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyt. 100 g (<u>GLU</u>),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1918.29 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 98.62 g; Błonnik pokarmowy: 52.67 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

poniedziałek 2024-07-22		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 712.67 kcal; Białko ogółem: 34.92 g; Tłuszcz: 32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.5 g; Węglowodany ogółem: 75.43 g; suma cukrów prostych: 11.81 g; Błonnik pokarmowy: 11.33 g; Sól: 1.41 g; WW: 6.44 Por; Cholesterol: 96.8 mg;

poniedziałek 2024-07-22		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>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew duszona 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2361.86 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g; Sól: 5.27 g; WW: 29.43 Por; Cholesterol: 268.44 mg;

poniedziałek 2024-07-22		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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2356.72 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 325.4 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; Sól: 6.45 g; WW: 28.64 Por; Cholesterol: 233.93 mg;

poniedziałek 2024-07-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), .sałatka z ogórków kiszonych 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 130 g (<u>SEZ</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2186.34 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz: 85.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 312.22 g; suma cukrów prostych: 43.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sól: 7.21 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 200 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: arbuz 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2111.89 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 93.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 251.62 g; suma cukrów prostych: 49.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.56 g; Sól: 4.91 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 230.01 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: arbuz 200 g,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2281.51 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 99.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 274.88 g; suma cukrów prostych: 51.52 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; Sól: 5.2 g; WW: 25.77 Por; Cholesterol: 253.93 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kapuśniak z kisz. kap. 200 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, arbuz 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2129.89 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.3 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Sól: 4.63 g; WW: 23.5 Por; Cholesterol: 194.56 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: Hematologiczna 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka wykwinna - dieta 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2463.07 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 348.7 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g; Sól: 5.37 g; WW: 32.45 Por; Cholesterol: 272.99 mg;

poniedziałek 2024-07-22			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), kalafior gotowany 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 wykwinna 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2520.06 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.1 g; Węglowodany ogółem: 301.74 g; suma cukrów prostych: 53.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; Sól: 8.3 g; WW: 27.13 Por; Cholesterol: 325.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-22		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna
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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), 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>), sałatka wykwintna 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2677.47 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 379.48 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; Sól: 6.23 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 272.79 mg;