

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2447.71 kcal; Białko ogółem: 104.7 g; Tłuszcz: 90.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 316.84 g; suma cukrów prostych: 50.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; Sól: 8.22 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 345.15 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</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.-żył. 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> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2688.01 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 353.55 g; suma cukrów prostych: 64.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; Sól: 8.5 g; WW: 31.96 Por; Cholesterol: 365.15 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
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> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2419.61 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; Sól: 10.52 g; WW: 27.93 Por; Cholesterol: 346.55 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319.37 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 64.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 362.53 g; suma cukrów prostych: 97.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Sól: 8.3 g; WW: 33.21 Por; Cholesterol: 207.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			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.-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> ), ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,			Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2652.59 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 94.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; Sól: 10.51 g; WW: 31.6 Por; Cholesterol: 353.15 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			Posiłek nocny: banan 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2313.37 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 361.58 g; suma cukrów prostych: 97.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 7.42 g; WW: 33.16 Por; Cholesterol: 207.75 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.39 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 331.82 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 14.14 g; Sól: 4.51 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 264.04 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 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</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z zacierką - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			Posiłek nocny: banan 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1789.49 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 246.33 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g; Sól: 5.01 g; WW: 22.85 Por; Cholesterol: 256.11 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 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</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			Posiłek nocny: banan 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1920.55 kcal; Białko ogółem: 85.8 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 269.15 g; suma cukrów prostych: 96.3 g; Błonnik pokarmowy: 20.45 g; Sól: 5.1 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 264.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		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 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			Posiłek nocny: banan 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2511.85 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 378.9 g; suma cukrów prostych: 109.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.76 Por; Cholesterol: 284.91 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.71 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 285.18 g; suma cukrów prostych: 37.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.2 g; Sól: 9.94 g; WW: 24.39 Por; Cholesterol: 272.47 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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> ), wędlina 50 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,			Posiłek nocny: pomidor 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1881.09 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.5 g; Węglowodany ogółem: 242.96 g; suma cukrów prostych: 23.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.76 g; Sól: 6.2 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 469.45 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,			Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.51 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 94.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.8 g; Węglowodany ogółem: 253.01 g; suma cukrów prostych: 48.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g; Sól: 5.88 g; WW: 21.87 Por; Cholesterol: 556.86 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,			Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2505.91 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 96.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; suma cukrów prostych: 53.09 g; Błonnik pokarmowy: 45.02 g; Sól: 7.65 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 558.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.21 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.9 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; suma cukrów prostych: 34.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.2 g; Sól: 9.76 g; WW: 23.89 Por; Cholesterol: 216.97 mg;

poniedziałek 2024-07-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)</span>		
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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2629.66 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 103.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 342.17 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.76 g; Sól: 11.22 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 317.1 mg;

poniedziałek 2024-07-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ),	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2111.77 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; suma cukrów prostych: 28.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Sól: 8.04 g; WW: 29.09 Por; Cholesterol: 188.06 mg;

poniedziałek 2024-07-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa</span>		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.31 kcal; Białko ogółem: 46.19 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; suma cukrów prostych: 19.08 g; Błonnik pokarmowy: 14.38 g; Sól: 2.67 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 102.04 mg;

poniedziałek 2024-07-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.49 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.68 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; suma cukrów prostych: 93.76 g; Błonnik pokarmowy: 14.4 g; Sól: 4.05 g; WW: 33 Por; Cholesterol: 166.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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> ), wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2576.88 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; suma cukrów prostych: 81.78 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g; Sól: 4.57 g; WW: 34.24 Por; Cholesterol: 257.34 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2947.44 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 111.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; suma cukrów prostych: 65.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.98 g; Sól: 9.68 g; WW: 34.09 Por; Cholesterol: 412.2 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			

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

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			

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

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2875.24 kcal; Białko ogółem: 127.92 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 386.24 g; suma cukrów prostych: 92.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g; Sól: 6.23 g; WW: 37.29 Por; Cholesterol: 275.42 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2660.91 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 103.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.5 g; Węglowodany ogółem: 333.27 g; suma cukrów prostych: 36.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; Sól: 8.43 g; WW: 30.98 Por; Cholesterol: 289.92 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1823.18 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 253.97 g; suma cukrów prostych: 45.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Sól: 7.82 g; WW: 22.44 Por; Cholesterol: 190.9 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.37 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; Tłuszcz: 90.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.6 g; Węglowodany ogółem: 275.47 g; suma cukrów prostych: 28.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g; Sól: 8.97 g; WW: 24.29 Por; Cholesterol: 283.8 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g, miód 2 szt. 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.19 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.12 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; suma cukrów prostych: 48.79 g; Błonnik pokarmowy: 15.91 g; Sól: 3.86 g; WW: 33.3 Por; Cholesterol: 113.91 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, dżem owocowy 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.48 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.89 g; Węglowodany ogółem: 294.76 g; suma cukrów prostych: 26.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.02 Por; Cholesterol: 128.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29 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 ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,

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

poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <b>SEL</b> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2102.01 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.3 g; Węglowodany ogółem: 218.41 g; suma cukrów prostych: 35.97 g; Błonnik pokarmowy: 8.67 g; Sól: 3.75 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 230.46 mg;

poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Risotto z ryż.braż. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <b>SEL</b> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , dżem owocowy 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.88 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 99.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.64 g; Węglowodany ogółem: 212.76 g; suma cukrów prostych: 19.22 g; Błonnik pokarmowy: 8.72 g; Sól: 3.61 g; WW: 20.43 Por; Cholesterol: 126.78 mg;

poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykl. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Risotto z ryż.braż. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <b>SEL</b> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.21 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 112.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.7 g; Węglowodany ogółem: 206.79 g; suma cukrów prostych: 13.75 g; Błonnik pokarmowy: 14.15 g; Sól: 3.81 g; WW: 19.26 Por; Cholesterol: 277.36 mg;

poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), Risotto z ryż.braż. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <b>SEL</b> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 10 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2269.44 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 349.37 g; suma cukrów prostych: 37.78 g; Błonnik pokarmowy: 54.39 g; Sól: 11.78 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 131.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ) , Risotto z ryż.braz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ) , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ) , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pomidor 30 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2132.29 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 111.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.93 g; Węglowodany ogółem: 214.91 g; suma cukrów prostych: 11.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.48 g; Sól: 3.64 g; WW: 20 Por; Cholesterol: 126.78 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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> ) , paszтет sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ) , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> ) , Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ) , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ) , .kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ) , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ) ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2423.39 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 143.8 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ) , wędlina 50 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ) , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ</u> ) , Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ) , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ) , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ) , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ) , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ) ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.31 kcal; Białko ogółem: 46.19 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; suma cukrów prostych: 19.08 g; Błonnik pokarmowy: 14.38 g; Sól: 2.67 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 102.04 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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;

poniedziałek 2024-07-29			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</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

poniedziałek 2024-07-29			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 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słonko ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3082.61 kcal; Białko ogółem: 136.72 g; Tłuszcz: 132.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.6 g; Węglowodany ogółem: 348.21 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 5.41 g; WW: 32.15 Por; Cholesterol: 841.91 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słonko ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt ,	
			Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2847.73 kcal; Białko ogółem: 144.42 g; Tłuszcz: 139.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.04 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; suma cukrów prostych: 42.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 6.8 g; WW: 24.89 Por; Cholesterol: 816.41 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1309.44 kcal; Białko ogółem: 42.09 g; Tłuszcz: 19.82 g; Kw.łf.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 2024-07-29			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 kukurydzina 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.łf.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 2024-07-29			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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka 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 , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.39 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw.łf.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 260.16 g; suma cukrów prostych: 26.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; Sól: 7.32 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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.łf.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.49 g; suma cukrów prostych: 20.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2024-07-29			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.łf.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

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), Kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 30 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 959.61 kcal; Białko ogółem: 56.28 g; Tłuszcz: 38.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 102.35 g; suma cukrów prostych: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 12.02 g; Sól: 7.09 g; WW: 9.04 Por; Cholesterol: 132.65 mg;

poniedziałek 2024-07-29		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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2518.89 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 77.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; suma cukrów prostych: 71.52 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 4.36 g; WW: 33.04 Por; Cholesterol: 252.04 mg;

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2423.39 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 143.8 mg;

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami jarska b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .sałatka z ogórków kiszonych 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2174.34 kcal; Białko ogółem: 55.12 g; Tłuszcz: 85.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.49 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; suma cukrów prostych: 44.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; Sól: 8.6 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1987.27 kcal; Białko ogółem: 81.02 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; suma cukrów prostych: 92.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.7 g; Sól: 6.9 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 194.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,				Posiłek nocny: banan 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2088.37 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; suma cukrów prostych: 94.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 7.02 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 206.75 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 200 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1819.79 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 204 g; suma cukrów prostych: 46.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sól: 5.37 g; WW: 17.88 Por; Cholesterol: 503.08 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2533.5 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 93.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.5 g; Węglowodany ogółem: 358.77 g; suma cukrów prostych: 35.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.52 g; Sól: 9.23 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 157.78 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: Hematologiczna 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> ), wędlina 50 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,				Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2419.37 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 78.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 321.13 g; suma cukrów prostych: 59.39 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g; Sól: 5.92 g; WW: 30.27 Por; Cholesterol: 252.04 mg;

poniedziałek 2024-07-29			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2669.87 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 116.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 320.73 g; suma cukrów prostych: 43.39 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g; Sól: 11.52 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 436.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.braz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.11 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 120.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 248.31 g; suma cukrów prostych: 40.6 g; Błonnik pokarmowy: 16.35 g; Sól: 3.22 g; WW: 23.11 Por; Cholesterol: 541.97 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2652.59 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 94.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; Sól: 10.51 g; WW: 31.6 Por; Cholesterol: 353.15 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	krupnik z ziemniakami ots b/mleka 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g , Ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots b/mleka 100 ml ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2547.2 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 330.87 g; suma cukrów prostych: 80.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; Sól: 5.54 g; WW: 30.6 Por; Cholesterol: 208.03 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 898.38 kcal; Białko ogółem: 38.3 g; Tłuszcz: 31.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 121.05 g; suma cukrów prostych: 33.38 g; Błonnik pokarmowy: 17.13 g; Sól: 1.13 g; WW: 10.43 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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 ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2652.59 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 94.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; Sól: 10.51 g; WW: 31.6 Por; Cholesterol: 353.15 mg;