

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie   | Obiad - Podwieczorek   | Kolacja - Posiłek nocny  |
| <b>poniedziałek 2024-08-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>  |  |  |
| chleb mieszany psz.-żyty 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> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyty 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, |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2457.28 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 105.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 293.8 g; suma cukrów prostych: 43.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Sól: 6.95 g; WW: 25.72 Por; Cholesterol: 229.88 mg;

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>poniedziałek 2024-08-19</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.-żyty 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 pomidorowy 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> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyty 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, |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g, kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2866.96 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 118.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 367.21 g; suma cukrów prostych: 53.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.29 g; Sól: 5.82 g; WW: 32.75 Por; Cholesterol: 219.88 mg;

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>poniedziałek 2024-08-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>  |   |  |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek 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, |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 291.56 g; suma cukrów prostych: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g; Sól: 5.51 g; WW: 25.92 Por; Cholesterol: 269.44 mg;

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>poniedziałek 2024-08-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>  |  |  |
| 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> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jablek 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, |
| <b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g,  |  | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2615.85 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 372.01 g; suma cukrów prostych: 79.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; Sól: 5.74 g; WW: 35.01 Por; Cholesterol: 268.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |  | 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), wószczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |  | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c 250 ml , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |  |  | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,                       |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2882.03 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 93.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 420.24 g; suma cukrów prostych: 85.39 g; Błonnik pokarmowy: 47.08 g; Sól: 6.07 g; WW: 37.52 Por; Cholesterol: 349.58 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca |   |  |
|---|--|---|--|---|--|
| chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 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> ), |  | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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 jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |  | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2436.06 kcal; Białko ogółem: 91.9 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 365.56 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sól: 4.42 g; WW: 34.4 Por; Cholesterol: 205.75 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |                                   | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2513.47 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 322.76 g; suma cukrów prostych: 72.2 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; Sól: 7.34 g; WW: 30.21 Por; Cholesterol: 281.63 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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 50 g ( <u>GLU</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 100 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 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |  | chleb pszenny krojony 50 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.: 1873.63 kcal; Białko ogółem: 68.54 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 259.07 g; suma cukrów prostych: 101.3 g; Błonnik pokarmowy: 17.23 g; Sól: 3.06 g; WW: 24.34 Por; Cholesterol: 225.09 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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 50 g ( <u>GLU</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |   | chleb pszenny krojony 50 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.: 2024.51 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.7 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; suma cukrów prostych: 102.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g; Sól: 3.23 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 238.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |   | 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 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> , <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна - dieta 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 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.: 2615.81 kcal; Białko ogółem: 98.8 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.1 g; Węglowodany ogółem: 395.31 g; suma cukrów prostych: 115.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; Sól: 5.1 g; WW: 37.54 Por; Cholesterol: 258.7 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |   | 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> ), | zupa ziemniaczana - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek 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.: 2475.97 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 86.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; suma cukrów prostych: 32.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.3 g; Sól: 5.48 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 202.36 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  | 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, Herbata czarna b/c 400 ml, | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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 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.: 1864.23 kcal; Białko ogółem: 71.48 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; suma cukrów prostych: 20.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; Sól: 4.2 g; WW: 22.42 Por; Cholesterol: 155.8 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)   |
|--|--|--|
| chleb razowy 60 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,  | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 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.: 2382.04 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 94.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 308.01 g; suma cukrów prostych: 47.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; Sól: 4.56 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 213.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  | 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, Herbata czarna b/c 400 ml,   | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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: 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.: 2659.24 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 96.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; suma cukrów prostych: 51.81 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 6.08 g; WW: 32.84 Por; Cholesterol: 215.08 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  | 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, Herbata czarna b/c 400 ml, | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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.: 2232.56 kcal; Białko ogółem: 102.9 g; Tłuszcz: 77.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 288.53 g; suma cukrów prostych: 29.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sól: 6.95 g; WW: 25.36 Por; Cholesterol: 199.1 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  | 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, Herbata czarna b/c 400 ml, | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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: 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.: 2797.27 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 109.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.11 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; suma cukrów prostych: 38.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.61 g; Sól: 5.89 g; WW: 31.69 Por; Cholesterol: 277.68 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |   | 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> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</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 wykwinna - 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.: 2125.93 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 43.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; suma cukrów prostych: 18.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g; Sól: 6.47 g; WW: 31.94 Por; Cholesterol: 100.5 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |   | 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> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</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.: 2436.65 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; suma cukrów prostych: 17.04 g; Błonnik pokarmowy: 14.43 g; Sól: 2.56 g; WW: 31.6 Por; Cholesterol: 224.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, kukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |   | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |  |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c 250 ml, biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),             |  |   |   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.02 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 40.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 389.74 g; suma cukrów prostych: 92.5 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 8.57 g; WW: 37.16 Por; Cholesterol: 173.5 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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.: 2429.95 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 380.68 g; suma cukrów prostych: 73.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; Sól: 4.34 g; WW: 36.12 Por; Cholesterol: 191.18 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa |   |  |
|--|--|--|-------------------------------------|---|--|
| 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 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g, |  | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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.: 2746.94 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 113.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 350.14 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; Sól: 5.7 g; WW: 31.39 Por; Cholesterol: 219.88 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |                        | 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.: 2290.13 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 144.75 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.14 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |                           | 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.: 2288.65 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.5 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | 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, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 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.: 2784.52 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 411.18 g; suma cukrów prostych: 79.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Sól: 5.07 g; WW: 39.02 Por; Cholesterol: 282.53 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2542.65 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 90.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.3 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; suma cukrów prostych: 22.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sól: 6.15 g; WW: 31.51 Por; Cholesterol: 250.53 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | 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, Herbata czarna b/c 400 ml, | kapuśniak z kisz. kap. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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 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.: 1493.17 kcal; Białko ogółem: 57.7 g; Tłuszcz: 53.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 198.05 g; suma cukrów prostych: 23.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; Sól: 3.54 g; WW: 17.36 Por; Cholesterol: 104.58 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |  | 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> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2690.99 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 119.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 326.69 g; suma cukrów prostych: 32.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.95 g; Sól: 5.97 g; WW: 29.08 Por; Cholesterol: 214.18 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | 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, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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.: 1924.26 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 5.35 g; WW: 27.44 Por; Cholesterol: 108.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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 , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), 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.: 1847.76 kcal; Białko ogółem: 64.65 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; suma cukrów prostych: 23.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 4.56 g; WW: 26 Por; Cholesterol: 55.6 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                     |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| 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> ), twaróg krajanka 70 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> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: arbuz 200 g ,   |   |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319.45 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 295.64 g; suma cukrów prostych: 38.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g; Sól: 5.7 g; WW: 27.28 Por; Cholesterol: 249.38 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | 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.: 1769.85 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 258 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 1.97 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN |  |  |
|--|---|---|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki 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.: 2003.05 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 231.63 g; suma cukrów prostych: 18.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 21.59 Por; Cholesterol: 166.68 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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 , Herbata czarna b/c 400 ml , | sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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.: 1838.23 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 231.76 g; suma cukrów prostych: 16.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.27 g; Sól: 1.4 g; WW: 21.61 Por; Cholesterol: 84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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> ),<br>wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , Risotto z<br>ryż.braz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c<br>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> ),<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),                 |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2358.5 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 106.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 263.1 g; suma cukrów prostych: 11.68 g; Błonnik pokarmowy: 14.95 g; Sól: 1.49 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 179.08 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią<br>400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml<br>100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka wykwinna<br>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 ,<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),        |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.31 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 65.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; suma cukrów prostych: 28.2 g; Błonnik pokarmowy: 38.9 g; Sól: 6.56 g; WW: 27.9 Por; Cholesterol: 57.5 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>Risotto z ryż.braz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g<br>( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,<br>kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka wykwinna<br>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 ,<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),        |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.52 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 92.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; suma cukrów prostych: 19.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.25 g; Sól: 2.98 g; WW: 25.59 Por; Cholesterol: 84 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa |  |  |
|---|--|---|-------------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),<br>pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250<br>ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz<br>warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),<br>marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z<br>jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami<br>100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |                                     |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),   |                                     |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.61 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 329.03 g; suma cukrów prostych: 44.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 7.99 g; WW: 28.95 Por; Cholesterol: 143.53 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |  |  |
|--|---|---|------------------------------------|--|--|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka<br>50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz<br>warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),<br>marchew duszona 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek<br>i porzeczki b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka<br>wykwinna - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |                                    |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>sok pomidorowy 300 ml ,   |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2326.28 kcal; Białko ogółem: 52.24 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; suma cukrów prostych: 31.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.04 g; Sól: 3.56 g; WW: 31.85 Por; Cholesterol: 154.95 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |  | 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> ), bobwita 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;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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, sałata 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 2024-08-19   |  |   | 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.: 1366.07 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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> ), |  | grycikowa 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa</span>  |   |   |
|---|---|---|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), 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, biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),   |   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2467.53 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 404.46 g; suma cukrów prostych: 110.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; Sól: 8.62 g; WW: 38.69 Por; Cholesterol: 223.1 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.</span>  |   |  |
|--|---|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlęt 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 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu</span> |   |   |
|--|---|---|
| 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 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)</span>                    |   |   |
|---|---|---|
| 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 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)</span>   |  |  |
|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>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 2024-08-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)</span>  |  |  |
|--|--|--|
| 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> ), | 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, | 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> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; suma cukrów prostych: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.74 g; Sól: 1.08 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19 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.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 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</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), marchewka gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g ,  |   | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2014.65 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 51.3 g; Kw.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 2024-08-19 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.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.52 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 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-żyłt. 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-żyłt. 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.: 1917.94 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Błonnik pokarmowy: 52.63 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |   |  |
|--|---|--|
|  | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 776.69 kcal; Białko ogółem: 29.8 g; Tłuszcz: 31.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.07 g; Węglowodany ogółem: 95.35 g; suma cukrów prostych: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 10.35 g; Sól: 1.14 g; WW: 8.51 Por; Cholesterol: 104.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | 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> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, |   | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2453.84 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 336.14 g; suma cukrów prostych: 66.5 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.48 Por; Cholesterol: 280.78 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 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 porzeczki b/c 200 ml, |   | chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek świeży 100 g, |  |  |
|  |  |  |   | Posiłek nocny: gruszka 150 g,  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2364.71 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 99.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 302.8 g; suma cukrów prostych: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Sól: 5.46 g; WW: 26.5 Por; Cholesterol: 143.53 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | 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 ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <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 porzeczki 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.: 1997.37 kcal; Białko ogółem: 50.03 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 291.41 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.8 g; Sól: 7.23 g; WW: 25.78 Por; Cholesterol: 1 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa 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> ), 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> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |  | kapuśniak z kisz. kap. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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 jabłek i porzeczki 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</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.: 2278.93 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 88.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.9 g; Węglowodany ogółem: 312.86 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 14.13 g; Sól: 4.23 g; WW: 29.96 Por; Cholesterol: 243.28 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat) |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 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 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> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |  | kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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 jabłek i porzeczki 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</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.: 2392.83 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 94.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 15.09 g; Sól: 4.46 g; WW: 30.91 Por; Cholesterol: 267.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata) |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb razowy 60 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> ),                              | kapuśniak z kisz. kap. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 wykwinna 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.: 2117.44 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.4 g; Węglowodany ogółem: 274.47 g; suma cukrów prostych: 53.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 4.17 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 174.66 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 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> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</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 porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 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, |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,  |  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.49 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 90.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 305.53 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g; Sól: 5.99 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 182.03 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |   |  | 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> ), 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 pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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 wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE</u> , <u>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.: 2668.47 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 77.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 396.3 g; suma cukrów prostych: 80.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Sól: 5.31 g; WW: 36.76 Por; Cholesterol: 280.78 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |   |  | 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> ), twaróg krajanka 70 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 pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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> ),  | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2631.81 kcal; Białko ogółem: 115.02 g; Tłuszcz: 97.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 336.9 g; suma cukrów prostych: 52.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g; Sól: 7.4 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 247.08 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,   | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, Risotto z ryż.brąz. z warzyw. i mięsem drob. 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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: chleb bezglutenowy 50 g, 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 bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),                             |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2695.47 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 117.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; suma cukrów prostych: 38.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Sól: 1.5 g; WW: 30.4 Por; Cholesterol: 191.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 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> ), twaróg krajanka 70 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 pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |  | chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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 , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |  |  |  | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2857.34 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 435.33 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Błonnik pokarmowy: 46.67 g; Sól: 5.33 g; WW: 39.11 Por; Cholesterol: 259.18 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS |  |  |  |
|---|--|---|--|--|--|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |  | grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: 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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Mus z jabłek z/c ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  |  |
|   |  |   |  | Posiłek nocny: chleb graham 50 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g ,  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.62 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 280.17 g; suma cukrów prostych: 65.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sól: 3.75 g; WW: 24.44 Por; Cholesterol: 683.7 mg;

| poniedziałek 2024-08-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |  |  |  |
|--|--|---|---|--|--|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |  | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , |   | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),   |  |  |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,                                  |  |   |   | Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 894.75 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 31.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 120.1 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.1 g; WW: 10.38 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

| poniedziałek 2024-08-19   |  |  | Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj |  |  |  |
|---|--|--|---|--|--|--|
| 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> ), twaróg krajanka 70 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> ), |  | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |   | chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |  |  |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c 250 ml , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),   |  |  |   | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2798.43 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 85.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 420.75 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Błonnik pokarmowy: 47.08 g; Sól: 5.28 g; WW: 37.6 Por; Cholesterol: 259.18 mg;