

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-19</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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2455.23 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 85.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.8 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; suma cukrów prostych: 68.99 g; Błonnik pokarmowy: 46.48 g; Sól: 6.39 g; WW: 29.04 Por; Cholesterol: 292.11 mg;

<b>czwartek 2024-09-19</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.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2728.12 kcal; Białko ogółem: 136.01 g; Tłuszcz: 90.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Błonnik pokarmowy: 49.55 g; Sól: 6.7 g; WW: 33.19 Por; Cholesterol: 312.11 mg;

<b>czwartek 2024-09-19</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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.34 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 85.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 311.21 g; suma cukrów prostych: 79.76 g; Błonnik pokarmowy: 44.52 g; Sól: 6.1 g; WW: 26.87 Por; Cholesterol: 293.51 mg;

<b>czwartek 2024-09-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2642.76 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 379.9 g; suma cukrów prostych: 77.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g; Sól: 6.24 g; WW: 35.12 Por; Cholesterol: 292.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), seler gotowany 130 g ( <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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2951.96 kcal; Białko ogółem: 140.87 g; Tłuszcz: 94.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 411.87 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Sól: 6.78 g; WW: 36.69 Por; Cholesterol: 304.83 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2515.8 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; suma cukrów prostych: 94.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; Sól: 5.43 g; WW: 32.47 Por; Cholesterol: 293.86 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2466.09 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 75.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sól: 4.75 g; WW: 31.91 Por; Cholesterol: 319.58 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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 jarzynowa - dieta 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1712.83 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 211.58 g; suma cukrów prostych: 70.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sól: 2.65 g; WW: 19.18 Por; Cholesterol: 284.3 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1933.82 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 247.14 g; suma cukrów prostych: 75.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Sól: 2.89 g; WW: 22.43 Por; Cholesterol: 299.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19 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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2525.12 kcal; Białko ogółem: 129.24 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; suma cukrów prostych: 88 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Sól: 4.76 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 319.58 mg;

czwartek 2024-09-19 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. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2456.22 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 99.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 273.86 g; suma cukrów prostych: 44.83 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 8.08 g; WW: 23.49 Por; Cholesterol: 337.26 mg;

czwartek 2024-09-19 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: pomidor 100 g,		Posiłek nocny: papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1835.54 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.3 g; Węglowodany ogółem: 218.25 g; suma cukrów prostych: 32.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; Sól: 5.08 g; WW: 18.66 Por; Cholesterol: 312.58 mg;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2294.79 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 105.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.88 g; Węglowodany ogółem: 230.41 g; suma cukrów prostych: 61 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sól: 4.8 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 369.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2710.59 kcal; Białko ogółem: 130.46 g; Tłuszcz: 108.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 321.85 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Błonnik pokarmowy: 45.48 g; Sól: 7.09 g; WW: 27.85 Por; Cholesterol: 371.46 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2275.44 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 87.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 256.66 g; suma cukrów prostych: 32.15 g; Błonnik pokarmowy: 37.73 g; Sól: 5.74 g; WW: 22.07 Por; Cholesterol: 304.18 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2686.32 kcal; Białko ogółem: 136.56 g; Tłuszcz: 104.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.45 g; Węglowodany ogółem: 307.59 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 8.36 g; WW: 26.9 Por; Cholesterol: 357.26 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.97 kcal; Białko ogółem: 110.5 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 276.9 g; suma cukrów prostych: 40.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.7 g; Sól: 6.92 g; WW: 25.18 Por; Cholesterol: 151.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.32 kcal; Białko ogółem: 54.32 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; suma cukrów prostych: 32.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Sól: 3.67 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 209.81 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.06 kcal; Białko ogółem: 119.97 g; Tłuszcz: 44.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 347.58 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Sól: 4.37 g; WW: 32.39 Por; Cholesterol: 153.62 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <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> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2364.5 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; suma cukrów prostych: 88.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g; Sól: 5.24 g; WW: 33.99 Por; Cholesterol: 209.98 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 0 g , sałata zielona 8g 8 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2627.81 kcal; Białko ogółem: 134.07 g; Tłuszcz: 87.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; suma cukrów prostych: 79.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.97 g; Sól: 5.86 g; WW: 31.09 Por; Cholesterol: 313.86 mg;

czwartek 2024-09-19			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			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;

czwartek 2024-09-19			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> , ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> , ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2673.96 kcal; Białko ogółem: 126.77 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 394.08 g; suma cukrów prostych: 89.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; Sól: 4.86 g; WW: 36.96 Por; Cholesterol: 246.96 mg;

czwartek 2024-09-19			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> , ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> , ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),			Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2337.13 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Sól: 6.64 g; WW: 27.99 Por; Cholesterol: 200.56 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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 jarzynowa 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),			Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1661.7 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 199.88 g; suma cukrów prostych: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; Sól: 4.42 g; WW: 16.66 Por; Cholesterol: 236.3 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2295.72 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 95.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; suma cukrów prostych: 32.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.73 g; Sól: 5.74 g; WW: 22.09 Por; Cholesterol: 337.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.58 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 301.7 g; suma cukrów prostych: 69.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Sól: 4.11 g; WW: 28.2 Por; Cholesterol: 163.61 mg;

czwartek 2024-09-19			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 , miód 2 szt. 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałata jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.04 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.6 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; suma cukrów prostych: 52.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Sól: 5.25 g; WW: 28.01 Por; Cholesterol: 161.51 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2448.96 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 316.46 g; suma cukrów prostych: 61.86 g; Błonnik pokarmowy: 42.65 g; Sól: 6.91 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 341.61 mg;

czwartek 2024-09-19			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;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.44 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 112.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 221.91 g; suma cukrów prostych: 17.08 g; Błonnik pokarmowy: 11.99 g; Sól: 2.9 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 313.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlna 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2011.64 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 88.2 g; Kw.łt.nas.ogółem: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 225.43 g; suma cukrów prostych: 17.07 g; Błonnik pokarmowy: 14.91 g; Sól: 1.91 g; WW: 21.2 Por; Cholesterol: 163.61 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.06 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 108.87 g; Kw.łt.nas.ogółem: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 193.13 g; suma cukrów prostych: 20.59 g; Błonnik pokarmowy: 13.44 g; Sól: 1.95 g; WW: 18.1 Por; Cholesterol: 288.39 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 13 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1990.25 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 73.9 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 243.13 g; suma cukrów prostych: 36.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g; Sól: 7.6 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 166.51 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ) , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta z wędliny drob. 100 g , papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2132.44 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 102.54 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 206.74 g; suma cukrów prostych: 30.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g; Sól: 4.24 g; WW: 18.81 Por; Cholesterol: 163.61 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Dna moczianowa		
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 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
					Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.48 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 93.37 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 42.76 g; Sól: 6.28 g; WW: 30.43 Por; Cholesterol: 742.78 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.32 kcal; Białko ogółem: 54.32 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw.łt.nas.ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; suma cukrów prostych: 32.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Sól: 3.67 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 209.81 mg;

czwartek 2024-09-19 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.łt.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;

czwartek 2024-09-19 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.łt.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;

czwartek 2024-09-19 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.łt.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami -ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem - ots 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SO2, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3316.94 kcal; Białko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 134.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.77 Por; Cholesterol: 629.64 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, marchewka gotowana 100 g,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.62 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; Sól: 4.54 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 196.72 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta ots 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kalafior gotowany z olejem ots 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2950.41 kcal; Białko ogółem: 169.69 g; Tłuszcz: 145.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; suma cukrów prostych: 44.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

czwartek 2024-09-19			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;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, 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;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kasza 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;

czwartek 2024-09-19			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-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, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ, _</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.07 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; suma cukrów prostych: 26.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sól: 7.31 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

czwartek 2024-09-19			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;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE, _</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 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-żył. 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1037.63 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 37.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 89.87 g; suma cukrów prostych: 16.88 g; Błonnik pokarmowy: 13.3 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.74 Por; Cholesterol: 338.9 mg;

czwartek 2024-09-19		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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2515.59 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 77.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 342.54 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sól: 4.75 g; WW: 31.88 Por; Cholesterol: 319.58 mg;

czwartek 2024-09-19		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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.48 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 93.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 42.76 g; Sól: 6.28 g; WW: 30.43 Por; Cholesterol: 742.78 mg;

czwartek 2024-09-19		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , dżem owocowy 100 g , jabłko 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu jarski 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1814.72 kcal; Białko ogółem: 44.09 g; Tłuszcz: 34.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; suma cukrów prostych: 130.93 g; Błonnik pokarmowy: 42.81 g; Sól: 3.84 g; WW: 30.38 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

czwartek 2024-09-19		Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)
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 , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.45 kcal; Białko ogółem: 94.2 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 236.13 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Sól: 5.05 g; WW: 22.09 Por; Cholesterol: 316.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
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 , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.7 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 268.11 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; Sól: 5.26 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 328.36 mg;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> , ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149.74 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 103.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 208.59 g; suma cukrów prostych: 58.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sól: 4.85 g; WW: 18.02 Por; Cholesterol: 358.08 mg;

czwartek 2024-09-19 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> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , surówka z selera 130 g ( <u>MLE</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.39 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 82.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.91 g; Sól: 5.35 g; WW: 22.83 Por; Cholesterol: 180.16 mg;

czwartek 2024-09-19 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> , ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> , ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2628.09 kcal; Białko ogółem: 133.48 g; Tłuszcz: 78.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 363.46 g; suma cukrów prostych: 80.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sól: 4.76 g; WW: 34.01 Por; Cholesterol: 319.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2725.44 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; Tłuszcz: 109.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Błonnik pokarmowy: 42.32 g; Sól: 9.72 g; WW: 26.99 Por; Cholesterol: 354.38 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2625.81 kcal; Białko ogółem: 126.15 g; Tłuszcz: 132.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 244.63 g; suma cukrów prostych: 53.6 g; Błonnik pokarmowy: 17.19 g; Sól: 2.66 g; WW: 22.9 Por; Cholesterol: 355.17 mg;

czwartek 2024-09-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2841.3 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 96.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.8 g; Węglowodany ogółem: 368.87 g; suma cukrów prostych: 70.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; Sól: 7.05 g; WW: 33.38 Por; Cholesterol: 340.33 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: papkowata b/mięsa		
papkowata- śniad b/mięsa 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad b/mięsa 650 ml ,	papkowata - kolacja b/mięsa 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad b/mięsa 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny b/mięsa 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1788.65 kcal; Białko ogółem: 57.01 g; Tłuszcz: 115.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 148.5 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: .7 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 704.36 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g , jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	brokułowa z ziemniakami -ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml - ots 100 ml , ziemniaki gotowane 200 g , kalafior gotowany - ots 130 g ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), chrupki kukurydziane 30 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2171.92 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 255.35 g; suma cukrów prostych: 34.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; Sól: 7.07 g; WW: 22.39 Por; Cholesterol: 1113.81 mg;

czwartek 2024-09-19			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;

czwartek 2024-09-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3042.42 kcal; Białko ogółem: 128 g; Tłuszcz: 105.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 394.34 g; suma cukrów prostych: 74.2 g; Błonnik pokarmowy: 44.45 g; Sól: 7.89 g; WW: 35.34 Por; Cholesterol: 340.33 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2884.61 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 126.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.29 g; WW: 32.1 Por; Cholesterol: 767.18 mg;

czwartek 2024-09-19			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa 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> ), twaróg 150g 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <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 jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2545.59 kcal; Białko ogółem: 133.46 g; Tłuszcz: 78.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sól: 4.75 g; WW: 31.91 Por; Cholesterol: 319.58 mg;