

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-11-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2567.63 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 125.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; suma cukrów prostych: 43.16 g; Błonnik pokarmowy: 46.47 g; Sól: 5.67 g; WW: 23.91 Por; Cholesterol: 824.32 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <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 smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2815.32 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 130.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36 g; Węglowodany ogółem: 321.54 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Błonnik pokarmowy: 50.08 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 844.32 mg;

<b>piątek 2024-11-22</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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.13 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 100.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 240.85 g; suma cukrów prostych: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.27 g; Sól: 5.37 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 825.72 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> śliwka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.99 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 305.29 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.6 g; Sól: 4.5 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 410.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g ( <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 smakowy 80 g, marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2652.51 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 90.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 377.55 g; suma cukrów prostych: 70.82 g; Błonnik pokarmowy: 51.62 g; Sól: 8.02 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 430.9 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.25 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 302.72 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; Sól: 4.49 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 410.9 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <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 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.55 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 278.12 g; suma cukrów prostych: 50.9 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; Sól: 5.39 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 798.07 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1462.03 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 161.06 g; suma cukrów prostych: 57.37 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Sól: 3.09 g; WW: 14.12 Por; Cholesterol: 488.52 mg;

piątek 2024-11-22			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1634.42 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 193.43 g; suma cukrów prostych: 59.1 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Sól: 3.26 g; WW: 17.15 Por; Cholesterol: 500.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g ( <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 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.55 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 76.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; suma cukrów prostych: 72.1 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sól: 5.4 g; WW: 27.5 Por; Cholesterol: 798.07 mg;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2683.37 kcal; Białko ogółem: 137.81 g; Tłuszcz: 111.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 302.19 g; suma cukrów prostych: 32.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 8.6 g; WW: 26.93 Por; Cholesterol: 791.42 mg;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2078.01 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 256.57 g; suma cukrów prostych: 30.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Sól: 7.29 g; WW: 22.87 Por; Cholesterol: 677.14 mg;

piątek 2024-11-22 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2403.56 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 289.2 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.3 g; Sól: 7.31 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 730.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200g, śliwki 100g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2776.85 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 360.37 g; suma cukrów prostych: 63.88 g; Błonnik pokarmowy: 43.5 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.91 Por; Cholesterol: 748.82 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 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. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2353.04 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; suma cukrów prostych: 29.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 8.21 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 231.29 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, 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. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2888.27 kcal; Białko ogółem: 147.82 g; Tłuszcz: 116.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.73 g; Węglowodany ogółem: 332.19 g; suma cukrów prostych: 45.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g; Sól: 8.88 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 811.42 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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, cukinia gotowana 100 g, 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> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.79 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 298.38 g; suma cukrów prostych: 22.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g; Sól: 9.63 g; WW: 28.02 Por; Cholesterol: 129.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			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> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.79 kcal; Białko ogółem: 43.55 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 301.79 g; suma cukrów prostych: 26.7 g; Błonnik pokarmowy: 14.94 g; Sól: 6.14 g; WW: 28.79 Por; Cholesterol: 180.06 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.75 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.3 g; Węglowodany ogółem: 355.28 g; suma cukrów prostych: 93.2 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Sól: 8.87 g; WW: 32.03 Por; Cholesterol: 201.04 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 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 , cukinia gotowana 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2524.4 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 364.95 g; suma cukrów prostych: 88.69 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Sól: 9.59 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 187.15 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2646.59 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 115.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.33 g; Węglowodany ogółem: 296.6 g; suma cukrów prostych: 47.21 g; Błonnik pokarmowy: 45.9 g; Sól: 6.56 g; WW: 25.45 Por; Cholesterol: 922.72 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		płynna - obiad 600 ml ,		płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.43 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 86.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.2 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 10.09 g; WW: 30.04 Por; Cholesterol: 732.3 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), warzywa po grecku 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 jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2600.05 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 103.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; suma cukrów prostych: 26.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g; Sól: 9.96 g; WW: 27.76 Por; Cholesterol: 767.8 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1782.26 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 220.57 g; suma cukrów prostych: 32.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.5 g; Sól: 7.05 g; WW: 19.32 Por; Cholesterol: 146.91 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.37 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 95.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 297.69 g; suma cukrów prostych: 29.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 8.42 g; WW: 26.43 Por; Cholesterol: 735.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna			
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.88 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; suma cukrów prostych: 53.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.36 g; Sól: 7.2 g; WW: 25.89 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA			
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 100 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> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.76 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; suma cukrów prostych: 38.51 g; Błonnik pokarmowy: 50.64 g; Sól: 4.79 g; WW: 24.47 Por; Cholesterol: 586.99 mg;

piątek 2024-11-22			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> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2539.9 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 138.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 147.46 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; suma cukrów prostych: 20.37 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Sól: 4.52 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 123.67 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Atopowa			
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN			
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),		chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 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.: 2162.6 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 98.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 217.24 g; suma cukrów prostych: 20.86 g; Błonnik pokarmowy: 8.96 g; Sól: 3.08 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 723.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g , jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.48 kcal; Białko ogółem: 105.4 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 221.52 g; suma cukrów prostych: 30.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g; Sól: 1.25 g; WW: 20.48 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy bez glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2488.27 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 124.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 218.3 g; suma cukrów prostych: 19.38 g; Błonnik pokarmowy: 11.67 g; Sól: 4.58 g; WW: 20.88 Por; Cholesterol: 726.97 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy bez mleka 100 ml ( <u>GLU</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2314.81 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 86.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 289.45 g; suma cukrów prostych: 34.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 8.96 g; WW: 25.3 Por; Cholesterol: 588.89 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy bez mleka b/glu 100 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.13 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 110.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 225.89 g; suma cukrów prostych: 24.72 g; Błonnik pokarmowy: 15.27 g; Sól: 5.05 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 585.99 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta jarska 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety z buraka 300 Por ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2375.17 kcal; Białko ogółem: 73.56 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; suma cukrów prostych: 67.39 g; Błonnik pokarmowy: 53.43 g; Sól: 5.49 g; WW: 32.25 Por; Cholesterol: 314.17 mg;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1874.69 kcal; Białko ogółem: 40.3 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 266.32 g; suma cukrów prostych: 14.04 g; Błonnik pokarmowy: 11.34 g; Sól: 3.8 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 155.26 mg;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g ,

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

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

piątek 2024-11-22 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> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2024-11-22 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> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.01 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			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, </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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE, </u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, </u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, </u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, </u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, </u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1734.77 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 111.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Błonnik pokarmowy: 1.4 g; Sól: 1.21 g; WW: 12.66 Por; Cholesterol: 355.72 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, </u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE, </u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, </u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE, </u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, </u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, </u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, </u> ), 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.: 2184.97 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; suma cukrów prostych: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sól: 7.3 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU, </u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			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</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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 200 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1040.95 kcal; Białko ogółem: 40.4 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 103.14 g; suma cukrów prostych: 12.61 g; Błonnik pokarmowy: 13.15 g; Sól: 1.83 g; WW: 9.11 Por; Cholesterol: 173.09 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji			
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2086.55 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 267.21 g; suma cukrów prostych: 41.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; Sól: 4.44 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 695.67 mg;

piątek 2024-11-22			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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlety z buraka 300 Por ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: jabłko 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.89 kcal; Białko ogółem: 63.31 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 330.8 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Błonnik pokarmowy: 50.83 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.23 Por; Cholesterol: 229.57 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ),		
				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2188.18 kcal; Białko ogółem: 53.29 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 348.98 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 44.87 g; Sól: 7.86 g; WW: 30.71 Por; Cholesterol: 2.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: śliwki 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1728.56 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 221.37 g; suma cukrów prostych: 50.6 g; Błonnik pokarmowy: 12.93 g; Sól: 3.8 g; WW: 20.89 Por; Cholesterol: 488.52 mg;

piątek 2024-11-22			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: śliwki 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1900.95 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 253.73 g; suma cukrów prostych: 52.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.39 g; Sól: 3.97 g; WW: 23.92 Por; Cholesterol: 500.3 mg;

piątek 2024-11-22			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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.77 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 236.52 g; suma cukrów prostych: 56.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; Sól: 6.62 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 718.7 mg;

piątek 2024-11-22			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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka wielowarzywna 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.65 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 275.79 g; suma cukrów prostych: 45.66 g; Błonnik pokarmowy: 42.86 g; Sól: 6.36 g; WW: 23.54 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2250.05 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.72 Por; Cholesterol: 520.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g , 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.: 2397.49 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; Sól: 12.09 g; WW: 25.86 Por; Cholesterol: 517.8 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), Sos cytrynowy bez glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2758.65 kcal; Białko ogółem: 121.1 g; Tłuszcz: 136 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; suma cukrów prostych: 51.77 g; Błonnik pokarmowy: 14.94 g; Sól: 4.6 g; WW: 26.06 Por; Cholesterol: 751.77 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2693.57 kcal; Białko ogółem: 122.17 g; Tłuszcz: 105.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 327.84 g; suma cukrów prostych: 71.97 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 9.32 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 671.95 mg;

piątek 2024-11-22			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> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	jarzynowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szyńska wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 104.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; suma cukrów prostych: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 226.03 mg;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),			
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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogezyinowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2795.97 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 119.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.75 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 8.53 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 581.55 mg;

piątek 2024-11-22			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;

piątek 2024-11-22			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.05 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 278.12 g; suma cukrów prostych: 50.9 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; Sól: 5.39 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 798.07 mg;