

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-11-27</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka 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, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2674.89 kcal; Białko ogółem: 125.53 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; suma cukrów prostych: 43.05 g; Błonnik pokarmowy: 54.41 g; Sól: 21.76 g; WW: 30.98 Por; Cholesterol: 329.94 mg;

<b>środa 2024-11-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka 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, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2892.53 kcal; Białko ogółem: 136.71 g; Tłuszcz: 104.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 391.65 g; suma cukrów prostych: 58.44 g; Błonnik pokarmowy: 58.33 g; Sól: 22.04 g; WW: 33.61 Por; Cholesterol: 349.94 mg;

<b>środa 2024-11-27</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.33 kcal; Białko ogółem: 109.2 g; Tłuszcz: 93.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; suma cukrów prostych: 51.81 g; Błonnik pokarmowy: 41.82 g; Sól: 20.93 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 323.75 mg;

<b>środa 2024-11-27</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g,	grochówka 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, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2557.08 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 361.12 g; suma cukrów prostych: 57.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.75 g; Sól: 6.58 g; WW: 32.32 Por; Cholesterol: 268.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka 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, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2899.36 kcal; Białko ogółem: 127.45 g; Tłuszcz: 96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34 g; Węglowodany ogółem: 408.53 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Błonnik pokarmowy: 50.53 g; Sól: 7.15 g; WW: 36.06 Por; Cholesterol: 293.49 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	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, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.83 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 66.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 376.17 g; suma cukrów prostych: 82.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sól: 6.64 g; WW: 34.96 Por; Cholesterol: 250.1 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2210.31 kcal; Białko ogółem: 108.6 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; suma cukrów prostych: 46.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; Sól: 6.02 g; WW: 27.8 Por; Cholesterol: 251.5 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1511.59 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 178.86 g; suma cukrów prostych: 47.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.04 g; Sól: 3.88 g; WW: 16.44 Por; Cholesterol: 233.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1626.38 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 201.12 g; suma cukrów prostych: 47.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.01 g; Sól: 3.98 g; WW: 18.58 Por; Cholesterol: 240.5 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.88 kcal; Białko ogółem: 102 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 314.11 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g; Sól: 6.08 g; WW: 29.38 Por; Cholesterol: 260.5 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, ogórek świeży 100 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2400.3 kcal; Białko ogółem: 116.41 g; Tłuszcz: 91.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.6 g; Węglowodany ogółem: 314.34 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Błonnik pokarmowy: 45.62 g; Sól: 21.73 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 317.3 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1681.59 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 56.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 235.55 g; suma cukrów prostych: 35.5 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; Sól: 5.35 g; WW: 20.29 Por; Cholesterol: 176.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka 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, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2075.77 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 248 g; suma cukrów prostych: 59.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g; Sól: 5.36 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 271.84 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka 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, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.57 kcal; Białko ogółem: 117.02 g; Tłuszcz: 91.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.7 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; suma cukrów prostych: 64.94 g; Błonnik pokarmowy: 53.07 g; Sól: 7.65 g; WW: 28.7 Por; Cholesterol: 273.64 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka 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, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2277.91 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; suma cukrów prostych: 39.73 g; Błonnik pokarmowy: 50.2 g; Sól: 21.79 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 275.51 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka 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, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2807.95 kcal; Białko ogółem: 144.97 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; suma cukrów prostych: 54.68 g; Błonnik pokarmowy: 55.84 g; Sól: 22.72 g; WW: 31.33 Por; Cholesterol: 353.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			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> ), pasta z twarogu 150 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2079.71 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; suma cukrów prostych: 41.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; Sól: 8.28 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 191.57 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.5 kcal; Białko ogółem: 52.62 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; suma cukrów prostych: 40.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; Sól: 5.95 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 239.17 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2216.65 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 359.34 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 5.78 g; WW: 34.12 Por; Cholesterol: 187.57 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	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, włoszczyzna kostka gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.88 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 45.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 348.77 g; suma cukrów prostych: 71.09 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Sól: 5.8 g; WW: 32.99 Por; Cholesterol: 186.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka 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, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2783.55 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 91.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 389.26 g; suma cukrów prostych: 62.54 g; Błonnik pokarmowy: 55.31 g; Sól: 22.75 g; WW: 33.64 Por; Cholesterol: 339.19 mg;

środa 2024-11-27			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;

środa 2024-11-27			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;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		
				Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.75 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.9 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; suma cukrów prostych: 61.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; Sól: 5.54 g; WW: 31.78 Por; Cholesterol: 231.25 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów			
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2429.08 kcal; Białko ogółem: 112.4 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; suma cukrów prostych: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Sól: 6.25 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 290.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: śliwki 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1584.73 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.6 g; Węglowodany ogółem: 216.54 g; suma cukrów prostych: 41.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.3 g; Sól: 4.8 g; WW: 18.53 Por; Cholesterol: 172.32 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2472.5 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 96.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.5 g; Węglowodany ogółem: 324.53 g; suma cukrów prostych: 44.94 g; Błonnik pokarmowy: 50.51 g; Sól: 21.46 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 331.34 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2036.81 kcal; Białko ogółem: 93 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.28 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; suma cukrów prostych: 57.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 5.09 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 149.13 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2090.98 kcal; Białko ogółem: 88.4 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; suma cukrów prostych: 28.57 g; Błonnik pokarmowy: 43.41 g; Sól: 20.53 g; WW: 27.43 Por; Cholesterol: 220.63 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 100 g,	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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2458.06 kcal; Białko ogółem: 124.3 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 347.4 g; suma cukrów prostych: 41.35 g; Błonnik pokarmowy: 52.92 g; Sól: 21.48 g; WW: 29.7 Por; Cholesterol: 285.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1948.71 kcal; Białko ogółem: 65.69 g; Tłuszcz: 76.7 g; Kw.łt.nas.ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.73 g; Sól: 4.48 g; WW: 22.9 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta b/glutenu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.54 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw.łt.nas.ogółem: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 233.73 g; suma cukrów prostych: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 17.2 g; Sól: 16.72 g; WW: 21.75 Por; Cholesterol: 275.41 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta b/glutenu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1953.68 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw.łt.nas.ogółem: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 225.19 g; suma cukrów prostych: 20.89 g; Błonnik pokarmowy: 15.6 g; Sól: 16.38 g; WW: 21.06 Por; Cholesterol: 219.13 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.27 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 104.65 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 239.84 g; suma cukrów prostych: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 17.37 g; Sól: 16.74 g; WW: 22.32 Por; Cholesterol: 287.41 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2199.71 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw.łt.nas.ogółem: 45.26 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; suma cukrów prostych: 31.53 g; Błonnik pokarmowy: 46.88 g; Sól: 21.76 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 220.63 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.41 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 95.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 233.41 g; suma cukrów prostych: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 19.07 g; Sól: 17.61 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 219.13 mg;

środa 2024-11-27 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.34 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; suma cukrów prostych: 42.77 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g; Sól: 6.27 g; WW: 27.49 Por; Cholesterol: 1011.43 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1945.5 kcal; Białko ogółem: 49.62 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 281.48 g; suma cukrów prostych: 27.64 g; Błonnik pokarmowy: 15.83 g; Sól: 3.61 g; WW: 26.58 Por; Cholesterol: 239.17 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,	Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.86 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sól: 4.42 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), marchewka gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 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 8g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , _), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.73 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; suma cukrów prostych: 50.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sól: 4.99 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 745.1 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.07 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , _), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , _), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , _),		pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> , _), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , _), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), wędlika pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3228.93 kcal; Białko ogółem: 155.56 g; Tłuszcz: 140.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 357.38 g; suma cukrów prostych: 70.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sól: 9.14 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 890.94 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , _), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> , _), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , _), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , _), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , _),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , _), dżem owocowy 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2216.65 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 359.34 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 5.78 g; WW: 34.12 Por; Cholesterol: 187.57 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3248.94 kcal; Białko ogółem: 159 g; Tłuszcz: 142.2 g; Kw.łt.nas.ogółem: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.54 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2024-11-27			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.łt.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;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.łt.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;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.łt.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;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.łt.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;

środa 2024-11-27			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</u> , <u>MLE</u> , <u>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.łt.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: Kasza 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.łt.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;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.55 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw.łt.nas.ogółem: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 233.14 g; suma cukrów prostych: 43.8 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 2.88 g; WW: 20 Por; Cholesterol: 208.59 mg;

środa 2024-11-27 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.łt.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;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1870.22 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 67.5 g; Kw.łt.nas.ogółem: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 252.89 g; suma cukrów prostych: 82.5 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Sól: 6.93 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	grochówka z ziemniakami 450 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), sałatka z buraczków i jabłka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1058.35 kcal; Białko ogółem: 50.33 g; Tłuszcz: 40.88 g; Kw.łt.nas.ogółem: 4.5 g; Węglowodany ogółem: 129.45 g; suma cukrów prostych: 12.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g; Sól: 2.04 g; WW: 11.17 Por; Cholesterol: 153.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.64 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; Sól: 5.76 g; WW: 29.33 Por; Cholesterol: 258.47 mg;

środa 2024-11-27			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2452.03 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 91.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 344.62 g; suma cukrów prostych: 44.98 g; Błonnik pokarmowy: 48.23 g; Sól: 20.89 g; WW: 29.92 Por; Cholesterol: 509.33 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g,		kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 100 g,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),		
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1858.43 kcal; Białko ogółem: 67.07 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 273.46 g; suma cukrów prostych: 50.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; Sól: 5.64 g; WW: 23.77 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

środa 2024-11-27			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,		
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.73 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 76.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 273.75 g; suma cukrów prostych: 50.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; Sól: 4.56 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 252.84 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)			
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grochówka z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,		
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.51 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.7 g; Węglowodany ogółem: 284.9 g; suma cukrów prostych: 51.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; Sól: 4.8 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 253.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2012.11 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 243.26 g; suma cukrów prostych: 58.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.45 g; Sól: 4.74 g; WW: 20.5 Por; Cholesterol: 266.81 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 100 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 220 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.12 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; suma cukrów prostych: 42.71 g; Błonnik pokarmowy: 41.55 g; Sól: 20.53 g; WW: 23.95 Por; Cholesterol: 494.2 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2358.12 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Sól: 5.75 g; WW: 31.92 Por; Cholesterol: 250.62 mg;

środa 2024-11-27			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2499.45 kcal; Białko ogółem: 131.34 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Błonnik pokarmowy: 51.53 g; Sól: 8.2 g; WW: 28.8 Por; Cholesterol: 265.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27		
Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2320.2 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 106.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 246.37 g; suma cukrów prostych: 47.54 g; Błonnik pokarmowy: 14.24 g; Sól: 1.28 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 186.25 mg;

środa 2024-11-27		
Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , śliwki 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2382.06 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 116.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 257.18 g; suma cukrów prostych: 54.07 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.98 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 251.96 mg;

środa 2024-11-27		
Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka 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 , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2665.07 kcal; Białko ogółem: 133.42 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 388.62 g; suma cukrów prostych: 58.43 g; Błonnik pokarmowy: 49.4 g; Sól: 7.68 g; WW: 34.13 Por; Cholesterol: 273.74 mg;

środa 2024-11-27		
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;

środa 2024-11-27		
Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem - ots b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos koperkowy ots b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ),	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2553.02 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 103 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; suma cukrów prostych: 45.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sól: 7.91 g; WW: 27.93 Por; Cholesterol: 738.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-27 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;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</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> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	grochówka 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 , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2899.36 kcal; Białko ogółem: 127.45 g; Tłuszcz: 96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34 g; Węglowodany ogółem: 408.53 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Błonnik pokarmowy: 50.53 g; Sól: 7.15 g; WW: 36.06 Por; Cholesterol: 293.49 mg;

środa 2024-11-27 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;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.31 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 78.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 307.83 g; suma cukrów prostych: 52.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; Sól: 6.26 g; WW: 28.7 Por; Cholesterol: 263.5 mg;