

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE | | |
|--|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-11-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| 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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2193.13 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; Sól: 5.44 g; WW: 27.19 Por; Cholesterol: 289.98 mg;

| | | |
|---|--|--|
| sobota 2024-11-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, 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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2438.62 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Błonnik pokarmowy: 46.68 g; Sól: 5.75 g; WW: 30.43 Por; Cholesterol: 309.98 mg;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-11-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g; Sól: 5.19 g; WW: 25.91 Por; Cholesterol: 291.38 mg;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-11-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
| chleb pszenny krojony 70 g (<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, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 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>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2144.33 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 4.99 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 289.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2523.94 kcal; Białko ogółem: 116.1 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 348.92 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Błonnik pokarmowy: 44.26 g; Sól: 7.81 g; WW: 30.66 Por; Cholesterol: 321.98 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca | | |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 70 g (<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, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 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>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2144.33 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 4.98 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 289.98 mg;

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2183.15 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 294.94 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; Sól: 4.47 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 268.68 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) | | |
|--|--|---|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1533.2 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 180.12 g; suma cukrów prostych: 72.96 g; Błonnik pokarmowy: 14.14 g; Sól: 3.01 g; WW: 16.74 Por; Cholesterol: 274.5 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat) | | |
|--|--|---|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1718.75 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 59.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.6 g; Węglowodany ogółem: 212.19 g; suma cukrów prostych: 76.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.7 g; Sól: 3.22 g; WW: 19.71 Por; Cholesterol: 283.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|--|--|--|
| 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2282.65 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 67.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; suma cukrów prostych: 89.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Sól: 5.09 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 303.58 mg;

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2329.21 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; suma cukrów prostych: 40.62 g; Błonnik pokarmowy: 46.78 g; Sól: 6.2 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 289.88 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police | | |
|---|--|---|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: ogórek świeży 100 g, | | Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1812.73 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 246.83 g; suma cukrów prostych: 33.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.02 g; Sól: 4.22 g; WW: 20.91 Por; Cholesterol: 196.6 mg;

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2177.14 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 273.51 g; suma cukrów prostych: 57.41 g; Błonnik pokarmowy: 41.21 g; Sól: 4.88 g; WW: 23.41 Por; Cholesterol: 289.38 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) | | |
|--|--|---|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2500.54 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 81.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; suma cukrów prostych: 61.89 g; Błonnik pokarmowy: 52.41 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.43 Por; Cholesterol: 290.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł. | | |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, 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>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.77 kcal; Białko ogółem: 105.9 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 300.39 g; suma cukrów prostych: 41.99 g; Błonnik pokarmowy: 46.96 g; Sól: 5.59 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 221.9 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2422.97 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 326.5 g; suma cukrów prostych: 54.42 g; Błonnik pokarmowy: 48.34 g; Sól: 5.87 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 241.9 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), 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>), sok pomidorowy 300 ml, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2053.34 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 54.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 304.18 g; suma cukrów prostych: 40.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Sól: 10.59 g; WW: 27.85 Por; Cholesterol: 201.2 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|--|---|---|---|--|--|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, 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>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2041.77 kcal; Białko ogółem: 52.81 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 280.09 g; suma cukrów prostych: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g; Sól: 7.28 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 208.1 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2194.5 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 49.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 352.99 g; suma cukrów prostych: 87.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g; Sól: 8.2 g; WW: 33.63 Por; Cholesterol: 199.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), cukinia gotowana 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE, _</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2263.28 kcal; Białko ogółem: 104.2 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; suma cukrów prostych: 82.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Sól: 8.4 g; WW: 28.61 Por; Cholesterol: 268.68 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|--|---|---|-------------------------------------|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, 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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40g 40g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE, _</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2485.83 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 346.9 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 43.61 g; Sól: 5.96 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 321.98 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona | | |
|---|-------------------------|--|--|--|--|
| płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), | płynna - obiad 600 ml , | płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), | | | |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), | | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

| sobota 2024-11-30 | | | 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;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
|--|---|---|-----------------------------------|--|--|
| 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 mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), <u>może zawierać: GOR,</u> cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE, _</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2563.47 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 91.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.7 g; Węglowodany ogółem: 329.41 g; suma cukrów prostych: 81.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sól: 9.47 g; WW: 30.96 Por; Cholesterol: 384.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 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 pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g , 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2375.83 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 281.94 g; suma cukrów prostych: 31.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g; Sól: 9.07 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 349.94 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|---|---|---|--|--|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), | barszcz ukraiński 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 , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 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. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1549.8 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 176.5 g; suma cukrów prostych: 30.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 3.95 g; WW: 14.86 Por; Cholesterol: 243.42 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|--|---|---|--------------------------------------|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2245.21 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; suma cukrów prostych: 41.67 g; Błonnik pokarmowy: 46.78 g; Sól: 6.12 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 289.88 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1991.53 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 49.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; Sól: 8.45 g; WW: 28.56 Por; Cholesterol: 158.86 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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 , pasta z mięsa drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2074.38 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Błonnik pokarmowy: 45.42 g; Sól: 5.73 g; WW: 25.97 Por; Cholesterol: 160.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>ORZ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2107.63 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 302.16 g; suma cukrów prostych: 55.71 g; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; Sól: 5.28 g; WW: 26.24 Por; Cholesterol: 277.98 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Atopowa |
|--|---|---|------------------------------|
| margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka 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.: 1928.94 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.13 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.71 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN |
|---|--|--|---|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, dżem owocowy 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL.</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE.</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2213.96 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 106.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 221.85 g; suma cukrów prostych: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.02 g; Sól: 2.48 g; WW: 20.53 Por; Cholesterol: 356.74 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA |
|--|--|---|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL.</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1971.08 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 81.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 220.5 g; suma cukrów prostych: 37.11 g; Błonnik pokarmowy: 18.02 g; Sól: 1.73 g; WW: 20.39 Por; Cholesterol: 158.86 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN |
|--|--|--|---|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL.</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 20 g, 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. 5g (<u>MLE.</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1978.44 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 214.8 g; suma cukrów prostych: 27.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; Sól: 1.78 g; WW: 19.9 Por; Cholesterol: 204.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | | | | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1897.24 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 57.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 263.18 g; suma cukrów prostych: 40.36 g; Błonnik pokarmowy: 44.24 g; Sól: 7.75 g; WW: 22.14 Por; Cholesterol: 161.76 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|--|--|--|---|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | | | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1975.24 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 218.46 g; suma cukrów prostych: 31.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; Sól: 4.07 g; WW: 19.93 Por; Cholesterol: 158.86 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Dna moczanowa | | |
|---|--|---|------------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z brokoletu 100 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | | barszcz ukraiński z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | |
| | | | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2316.79 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Błonnik pokarmowy: 46.4 g; Sól: 5.06 g; WW: 30.59 Por; Cholesterol: 207.48 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa | | |
|--|--|---|------------------------------------|---|--|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), marchewka 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.: 1960.77 kcal; Białko ogółem: 49.81 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; suma cukrów prostych: 22.05 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g; Sól: 4.94 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 208.1 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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</u> , <u>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: Kisziel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, bobvita 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

| sobota 2024-11-30 | | | 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 8 g , 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 8 g , | | | | 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;

| sobota 2024-11-30 | | | 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;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|---|--|--|---|---|--|
| chleb graham OTS 30 g (<u>GLU</u> , _), bułka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> , _), kielbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka ots 1 szt (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g (<u>MLE</u> , _), | | zupa neapolitańska ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u> , _), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g (<u>JAJ</u> , _), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | | chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), ryba po grecku ots 200 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , _), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | |
| | | | | Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), miód 1szt ots 25 g , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2831.11 kcal; Białko ogółem: 127 g; Tłuszcz: 114.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 9.15 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 379.48 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa | | |
|---|--|---|-------------------------------------|---|--|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> , _), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> , _), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | |
| | | | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u> , _), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1976.5 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 44.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; suma cukrów prostych: 70.91 g; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; Sól: 7.83 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 178.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), kiełbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 1 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana - ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), | zupa neapolitańska - ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g (<u>MLE</u>), gołąbki zawijane z kapustą - ots 240 g , sos pomidorowy - ots 100 ml (<u>MLE</u>), brokuły gotowane z tłuszczem ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ryba po grecku ots 200 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| | | | Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g (<u>SEL</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2942.69 kcal; Białko ogółem: 140.91 g; Tłuszcz: 129.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 317.86 g; suma cukrów prostych: 45.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 388.93 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary) | | |
|---|---|---|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | | | |

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

| sobota 2024-11-30 | | | 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.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;

| sobota 2024-11-30 | | | 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.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;

| sobota 2024-11-30 | | | 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.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;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 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: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1044.56 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw.łt.nas.ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 109.35 g; suma cukrów prostych: 47.31 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.12 g; WW: 10.43 Por; Cholesterol: 199.21 mg;

| sobota 2024-11-30 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g , | | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2184.97 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw.łt.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;

| sobota 2024-11-30 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;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa | | |
|---|---|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka 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.: 1850.45 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 256.13 g; suma cukrów prostych: 83.88 g; Błonnik pokarmowy: 48.4 g; Sól: 4.16 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny | | |
|--|--|--|
| | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , Potrawka drobiowa 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 777.69 kcal; Białko ogółem: 42.32 g; Tłuszcz: 16.27 g; Kw.łt.nas.ogółem: 4.25 g; Węglowodany ogółem: 112.39 g; suma cukrów prostych: 16.1 g; Błonnik pokarmowy: 17.21 g; Sól: 1.09 g; WW: 9.65 Por; Cholesterol: 105.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2312.7 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; suma cukrów prostych: 89.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.5 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.5 Por; Cholesterol: 303.58 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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 brokołu 100 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2316.79 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Błonnik pokarmowy: 46.4 g; Sól: 5.06 g; WW: 30.59 Por; Cholesterol: 207.48 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA | | |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z brokołu 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2042.87 kcal; Białko ogółem: 62.31 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 362.74 g; suma cukrów prostych: 89.23 g; Błonnik pokarmowy: 57.44 g; Sól: 3.88 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 1 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat) | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński 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, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1579.6 kcal; Białko ogółem: 77.1 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 188.44 g; suma cukrów prostych: 74.15 g; Błonnik pokarmowy: 16.89 g; Sól: 3.03 g; WW: 17.3 Por; Cholesterol: 277.2 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat) | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1810.13 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; suma cukrów prostych: 78.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g; Sól: 3.25 g; WW: 20.79 Por; Cholesterol: 288.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński 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, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1853.87 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 213 g; suma cukrów prostych: 51.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; Sól: 4.15 g; WW: 18.19 Por; Cholesterol: 277.2 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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>), pasta z brokuła 100 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz ukraiński z ziemniakami jarski 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.48 kcal; Białko ogółem: 75.85 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 308.98 g; suma cukrów prostych: 51.46 g; Błonnik pokarmowy: 47.29 g; Sól: 5.32 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 219.78 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Hematologiczna 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2335.09 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.6 g; Sól: 5.56 g; WW: 28.69 Por; Cholesterol: 315.58 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa | | |
|--|--|--|--|--|--|
| 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2332.7 kcal; Białko ogółem: 113.9 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 300.57 g; suma cukrów prostych: 71.46 g; Błonnik pokarmowy: 45.86 g; Sól: 8.06 g; WW: 25.69 Por; Cholesterol: 308.98 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca | | |
|--|--|---|--|--|--|
| margaryna 15 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g, pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, margaryna 10 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2241.28 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.3 g; Węglowodany ogółem: 294.12 g; suma cukrów prostych: 53.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.09 g; Sól: 5.48 g; WW: 25.39 Por; Cholesterol: 161.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca | | |
|---|---|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), , twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2446.61 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 109.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 260.54 g; suma cukrów prostych: 46.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Sól: 2.2 g; WW: 24.32 Por; Cholesterol: 272.74 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna | | |
|--|---|--|--|--|--|
| 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>), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2544.32 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 355.56 g; suma cukrów prostych: 86.37 g; Błonnik pokarmowy: 47.29 g; Sól: 6.25 g; WW: 31.1 Por; Cholesterol: 321.98 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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;

| sobota 2024-11-30 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb graham OTS 30 g (<u>GLU</u>), bułka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka ots 1 szt (<u>SEL</u> , <u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana ots 100 g , kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | zupa neapolitańska ots b/mleka 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g (<u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy ots b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ryba po grecku ots 200 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kisiel o smaku truskawkowym b/c -ots 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2109.35 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; Sól: 5.09 g; WW: 27.52 Por; Cholesterol: 226.15 mg;

| sobota 2024-11-30 | | | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2523.94 kcal; Białko ogółem: 116.1 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 348.92 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Błonnik pokarmowy: 44.26 g; Sól: 7.81 g; WW: 30.66 Por; Cholesterol: 321.98 mg;

| sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata | | |
|--|---|---|
| paperowata- 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, | paperowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | paperowata - 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;

| sobota 2024-11-30 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>), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2312.7 kcal; Białko ogółem: 109.1 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; suma cukrów prostych: 74.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.1 g; Sól: 5.41 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 315.58 mg;