

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Karczek duszony 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), sałatka makaronowa z kurczakiem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2532.61 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 104.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 323.92 g; suma cukrów prostych: 49.8 g; Błonnik pokarmowy: 53.61 g; Sól: 5.72 g; WW: 27.34 Por; Cholesterol: 198.47 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Karczek duszony 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), sałatka makaronowa z kurczakiem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2788.75 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 110.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; suma cukrów prostych: 65.01 g; Błonnik pokarmowy: 56.15 g; Sól: 6 g; WW: 31.04 Por; Cholesterol: 218.47 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z kurczakiem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2349.95 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Błonnik pokarmowy: 49.47 g; Sól: 6.61 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 319.05 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.74 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; suma cukrów prostych: 67.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; Sól: 7.98 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 286.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.23 kcal; Białko ogółem: 127.8 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; suma cukrów prostych: 56.33 g; Błonnik pokarmowy: 49.26 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 313.23 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca			
bulka 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g,		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		bulka 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, salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2340.74 kcal; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; suma cukrów prostych: 67.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; Sól: 7.98 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 286.33 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 20 g,		
				Posiłek nocny: jabłko 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.02 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 65.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; suma cukrów prostych: 64.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Sól: 4.91 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 279.93 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 20 g,		
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1565.71 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 167.82 g; suma cukrów prostych: 54.52 g; Błonnik pokarmowy: 16.16 g; Sól: 5.54 g; WW: 15.3 Por; Cholesterol: 270.05 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)			
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 20 g,		
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1796.47 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 214.95 g; suma cukrów prostych: 55.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; Sól: 5.93 g; WW: 19.77 Por; Cholesterol: 278.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.13 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 303.65 g; suma cukrów prostych: 71.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g; Sól: 5.26 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 298.33 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.01 kcal; Białko ogółem: 109.3 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.21 g; Węglowodany ogółem: 297.3 g; suma cukrów prostych: 38.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.35 g; Sól: 5.25 g; WW: 25.28 Por; Cholesterol: 318.06 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g, Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1823.17 kcal; Białko ogółem: 93 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 258.36 g; suma cukrów prostych: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 4.36 g; WW: 21.89 Por; Cholesterol: 247.68 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 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: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.16 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 90.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48 g; Węglowodany ogółem: 241.78 g; suma cukrów prostych: 55.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g; Sól: 3.87 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 292.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z czerwonej kapusty 130 g,	chleb razowy 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: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2515.96 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 93.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; suma cukrów prostych: 60.83 g; Błonnik pokarmowy: 47.99 g; Sól: 6.16 g; WW: 28.61 Por; Cholesterol: 294.33 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.61 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; suma cukrów prostych: 34.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.9 g; Sól: 5.24 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 284.98 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2521.09 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; suma cukrów prostych: 47.19 g; Błonnik pokarmowy: 43.9 g; Sól: 5.52 g; WW: 28.5 Por; Cholesterol: 338.06 mg;

czwartek 2024-12-05 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> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: skyr naturalny 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.: 1879.96 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 262.15 g; suma cukrów prostych: 10.69 g; Błonnik pokarmowy: 18.69 g; Sól: 7.24 g; WW: 24.46 Por; Cholesterol: 136.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2321.35 kcal; Białko ogółem: 56.05 g; Tłuszcz: 98.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; suma cukrów prostych: 27 g; Błonnik pokarmowy: 17 g; Sól: 5.63 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 188 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krojący 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krojący 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: chleb pszenno-krojący 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.46 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 50.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 337.8 g; suma cukrów prostych: 52.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; Sól: 7.29 g; WW: 30.78 Por; Cholesterol: 136.85 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenno-krojący 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenno-krojący 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2349.54 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; suma cukrów prostych: 68.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; Sól: 7.18 g; WW: 31.26 Por; Cholesterol: 233.03 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek duszony 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), sałatka makaronowa z kurczakiem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2941.88 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 115.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 381.42 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Błonnik pokarmowy: 54.75 g; Sól: 6.33 g; WW: 32.98 Por; Cholesterol: 236.87 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.13 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 144.75 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.14 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05		
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;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</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> ), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.85 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 89.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; suma cukrów prostych: 42.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; Sól: 7.4 g; WW: 29.54 Por; Cholesterol: 285.29 mg;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2450.76 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; Tłuszcz: 100.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.44 g; Węglowodany ogółem: 282.24 g; suma cukrów prostych: 16.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; Sól: 7.14 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 308.79 mg;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1543.19 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 198.78 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g; Sól: 6.84 g; WW: 17.01 Por; Cholesterol: 236.84 mg;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek duszony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z kurczakiem 200 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.61 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 88.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 285.2 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 49.41 g; Sól: 6.21 g; WW: 23.76 Por; Cholesterol: 290.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , miód 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , Ciastka bezglutenowe 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.78 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 57.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 303.49 g; suma cukrów prostych: 52.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 7.01 g; WW: 27.54 Por; Cholesterol: 122.87 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 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> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , Ciastka bezglutenowe 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.68 kcal; Białko ogółem: 91.1 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 308.87 g; suma cukrów prostych: 34.69 g; Błonnik pokarmowy: 44.35 g; Sól: 4.62 g; WW: 26.75 Por; Cholesterol: 123.87 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek duszony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.7 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 88.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; suma cukrów prostych: 48.42 g; Błonnik pokarmowy: 46.97 g; Sól: 4.47 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 167.15 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1637 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 44.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g; Sól: 2.58 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , Ciastka bezglutenowe 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2120.6 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 246.2 g; suma cukrów prostych: 33.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g; Sól: 1.71 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 241.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , miód 2 szt. 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , Ciastka bezglutenowe 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1943.74 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 245.67 g; suma cukrów prostych: 32.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g; Sól: 1.25 g; WW: 22.56 Por; Cholesterol: 122.87 mg;

czwartek 2024-12-05			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 mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1933.54 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 202.37 g; suma cukrów prostych: 23.75 g; Błonnik pokarmowy: 12.03 g; Sól: 1.43 g; WW: 19.09 Por; Cholesterol: 229.95 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1994.99 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; suma cukrów prostych: 24.32 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g; Sól: 7.02 g; WW: 25.83 Por; Cholesterol: 126.27 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1988.14 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 85.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 210.65 g; suma cukrów prostych: 23.7 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Sól: 3.68 g; WW: 19.1 Por; Cholesterol: 175.69 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zapiekanek warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2145.68 kcal; Białko ogółem: 71.78 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 302.07 g; suma cukrów prostych: 68.15 g; Błonnik pokarmowy: 53.03 g; Sól: 5.74 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 276.06 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Zapiekanek warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, woszczynna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2321.35 kcal; Białko ogółem: 56.05 g; Tłuszcz: 98.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; suma cukrów prostych: 27 g; Błonnik pokarmowy: 17 g; Sól: 5.63 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 188 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
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> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, 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> ), 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 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1839.79 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; suma cukrów prostych: 48.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.88 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 764.14 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2066.86 kcal; Białko ogółem: 97.8 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.6 g; Węglowodany ogółem: 344.2 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sól: 6.73 g; WW: 30.93 Por; Cholesterol: 155.62 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczko z kielbasą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek z/c ots 250 ml , herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3304.93 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 121.02 g; Kw.ł.nas.ogółem: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 445.32 g; suma cukrów prostych: 109.05 g; Błonnik pokarmowy: 47.43 g; WW: 40.08 Por; Cholesterol: 908.56 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.46 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 50.28 g; Kw.ł.nas.ogółem: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 337.8 g; suma cukrów prostych: 52.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; Sól: 7.29 g; WW: 30.78 Por; Cholesterol: 136.85 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), ser zółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z porzeczek b/c ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3084.9 kcal; Białko ogółem: 162.06 g; Tłuszcz: 140.32 g; Kw.ł.nas.ogółem: 58.36 g; Węglowodany ogółem: 306.86 g; suma cukrów prostych: 36.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 9.12 g; WW: 27.48 Por; Cholesterol: 935.81 mg;

czwartek 2024-12-05		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.ł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

czwartek 2024-12-05		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.ł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.ł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

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

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

czwartek 2024-12-05			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 udzka 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, _</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ, _</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2184.97 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; suma cukrów prostych: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sól: 7.3 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	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 udzka z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1591.32 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 41.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 251.99 g; suma cukrów prostych: 99.39 g; Błonnik pokarmowy: 49.84 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Karczek duszony 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Karczek duszony 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 854.86 kcal; Białko ogółem: 45.2 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 85.44 g; suma cukrów prostych: 15.47 g; Błonnik pokarmowy: 11.97 g; Sól: 1.23 g; WW: 7.4 Por; Cholesterol: 119.39 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.22 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 303.88 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sól: 5.02 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 292.33 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Zapiekanka z ziemniaków i warzywo 400 g ( <u>MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.03 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 96.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 311.63 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Błonnik pokarmowy: 52.47 g; Sól: 4.98 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 192.66 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 100 g, jabłko 150 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z czerwonej kapusty 130 g, Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1850.53 kcal; Białko ogółem: 59.99 g; Tłuszcz: 35.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; suma cukrów prostych: 103.16 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g; Sól: 6.42 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			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> , ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), wędlina 30g 30 g ,	kalafiorowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki 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 , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1882.92 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 233.47 g; suma cukrów prostych: 62.4 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; Sól: 6.52 g; WW: 21.55 Por; Cholesterol: 273.55 mg;

czwartek 2024-12-05			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> , ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), wędlina 30g 30 g ,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki 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 , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2039.74 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 262.44 g; suma cukrów prostych: 64.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Sól: 6.7 g; WW: 24.22 Por; Cholesterol: 285.33 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	chleb razowy 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: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> , ), rzodkiewka 40g 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.28 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 89.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 236.28 g; suma cukrów prostych: 47.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 3.89 g; WW: 20.53 Por; Cholesterol: 292.53 mg;

czwartek 2024-12-05			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> , ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> , ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> , ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</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 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1880.21 kcal; Białko ogółem: 70.55 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 256.03 g; suma cukrów prostych: 40.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g; Sól: 5.81 g; WW: 21.36 Por; Cholesterol: 255.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2482.42 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 310.95 g; suma cukrów prostych: 54.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sól: 7.66 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 269.83 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2156.55 kcal; Białko ogółem: 121.19 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 253.64 g; suma cukrów prostych: 38.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.9 g; Sól: 9.37 g; WW: 21.77 Por; Cholesterol: 259.73 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z czerwonej kapusty 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, rzodkiewka 40g 40 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pomidor 100 g, Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2183.22 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.9 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; suma cukrów prostych: 54.94 g; Błonnik pokarmowy: 50.84 g; Sól: 5.81 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 184.6 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	kalafiorowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2381.79 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.12 g; Węglowodany ogółem: 259.1 g; suma cukrów prostych: 45.35 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; Sól: 1.12 g; WW: 24.03 Por; Cholesterol: 256.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 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> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g ( <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, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),					Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.23 kcal; Białko ogółem: 127.8 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; suma cukrów prostych: 56.33 g; Błonnik pokarmowy: 49.26 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 313.23 mg;

czwartek 2024-12-05			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: 0.9 g; Sól: 0.15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, jabłko pieczone ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),		zupa ziemniaczana - dieta ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczo z kielbasą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
			Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.11 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 304.58 g; suma cukrów prostych: 54.87 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Sól: 5.04 g; WW: 26.57 Por; Cholesterol: 738.35 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,					Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

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

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 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> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g ( <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, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),					Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.23 kcal; Białko ogółem: 127.8 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; suma cukrów prostych: 56.33 g; Błonnik pokarmowy: 49.26 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 313.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, 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, SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

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

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2252.02 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; suma cukrów prostych: 70.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Sól: 5.15 g; WW: 28.06 Por; Cholesterol: 291.93 mg;