

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina wieprzowa 30 g, śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.19 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 100.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 272.56 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 43.78 g; Sól: 16.29 g; WW: 23.22 Por; Cholesterol: 292.44 mg;

<b>środa 2024-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2545.72 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 105.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 305.77 g; suma cukrów prostych: 81.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.21 g; Sól: 16.58 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 312.44 mg;

<b>środa 2024-12-11</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2309.93 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g; Sól: 5.94 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 248.44 mg;

<b>środa 2024-12-11</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2351.39 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 310.9 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sól: 5.74 g; WW: 28.29 Por; Cholesterol: 235.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka 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> ), wędlina wieprzowa 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2598.85 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 97.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; suma cukrów prostych: 68.22 g; Błonnik pokarmowy: 49.76 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.17 Por; Cholesterol: 264.5 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2269.59 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; suma cukrów prostych: 63.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 5.88 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 259.16 mg;

środa 2024-12-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.25 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 342.83 g; suma cukrów prostych: 73.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 4.77 g; WW: 32.17 Por; Cholesterol: 295.63 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1762.75 kcal; Białko ogółem: 75.03 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 245.53 g; suma cukrów prostych: 57.39 g; Błonnik pokarmowy: 18.36 g; Sól: 2.68 g; WW: 23.05 Por; Cholesterol: 267.35 mg;

środa 2024-12-11			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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, 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, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1738.73 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 231.42 g; suma cukrów prostych: 57.8 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g; Sól: 2.78 g; WW: 21.36 Por; Cholesterol: 275.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2302.63 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 333.55 g; suma cukrów prostych: 70.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g; Sól: 4.65 g; WW: 31.13 Por; Cholesterol: 295.63 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2176.31 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 258.24 g; suma cukrów prostych: 36.68 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 5.97 g; WW: 22.41 Por; Cholesterol: 295.08 mg;

środa 2024-12-11 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1742.46 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.5 g; Węglowodany ogółem: 210.31 g; suma cukrów prostych: 28.4 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Sól: 5.3 g; WW: 18.03 Por; Cholesterol: 739.49 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), 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. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2131.08 kcal; Białko ogółem: 101.9 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 257.79 g; suma cukrów prostych: 58.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g; Sól: 5.61 g; WW: 22.6 Por; Cholesterol: 404.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	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. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.72 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 98.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; suma cukrów prostych: 61.1 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 7.72 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 407.68 mg;

środa 2024-12-11 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> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, 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 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2045.71 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.9 g; Węglowodany ogółem: 255.66 g; suma cukrów prostych: 40.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; Sól: 16.34 g; WW: 21.88 Por; Cholesterol: 321.94 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), 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. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.99 kcal; Białko ogółem: 114.7 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; suma cukrów prostych: 52.28 g; Błonnik pokarmowy: 41.2 g; Sól: 16.18 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 370.86 mg;

środa 2024-12-11 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> ), skyr naturalny 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.85 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 290.51 g; suma cukrów prostych: 23.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sól: 7.85 g; WW: 27.1 Por; Cholesterol: 199.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysiwka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 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 z/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> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.68 kcal; Białko ogółem: 51.75 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; suma cukrów prostych: 34.88 g; Błonnik pokarmowy: 15.81 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 203.7 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysiwka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.06 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.2 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; suma cukrów prostych: 31.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sól: 7.81 g; WW: 34.51 Por; Cholesterol: 205.75 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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> ), 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> ),	grysiwka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2554.68 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 85.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 356.3 g; suma cukrów prostych: 54.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g; Sól: 8.64 g; WW: 33.63 Por; Cholesterol: 316.03 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.91 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 97.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 311.86 g; suma cukrów prostych: 85.02 g; Błonnik pokarmowy: 44.65 g; Sól: 17.37 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 352.72 mg;

środa 2024-12-11			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

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.65 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.łt.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.5 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2755.26 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 96.26 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.7 g; Węglowodany ogółem: 378.12 g; suma cukrów prostych: 57.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 8.66 g; WW: 35.73 Por; Cholesterol: 316.03 mg;

środa 2024-12-11			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 ,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2391.77 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 87.92 g; Kw.łt.nas.ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; suma cukrów prostych: 39.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; Sól: 9.8 g; WW: 29.78 Por; Cholesterol: 275.63 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1766.3 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 63.1 g; Kw.łt.nas.ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 241.51 g; suma cukrów prostych: 38.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Sól: 4.27 g; WW: 21.25 Por; Cholesterol: 277.63 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2083.95 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 92.35 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 241.79 g; suma cukrów prostych: 31.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.1 g; Sól: 17.04 g; WW: 20.5 Por; Cholesterol: 335.42 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.29 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; suma cukrów prostych: 36.53 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 186.67 mg;

środa 2024-12-11			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 i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2069.73 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; suma cukrów prostych: 23.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.34 g; Sól: 5.69 g; WW: 29.5 Por; Cholesterol: 188.17 mg;

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/jaj 90 g ( <u>GLU</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.12 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 266.37 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Błonnik pokarmowy: 42.41 g; Sól: 16.27 g; WW: 22.72 Por; Cholesterol: 250.02 mg;

środa 2024-12-11			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;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2176 kcal; Białko ogółem: 86.2 g; Tłuszcz: 104.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 227.61 g; suma cukrów prostych: 19.8 g; Błonnik pokarmowy: 12.9 g; Sól: 12.54 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 322.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobiazgowo i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.48 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw.ł.nas.ogółem: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 236.62 g; suma cukrów prostych: 18.15 g; Błonnik pokarmowy: 10.63 g; Sól: 1.5 g; WW: 22.73 Por; Cholesterol: 186.67 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 130 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.85 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 105.13 g; Kw.ł.nas.ogółem: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 205.04 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Błonnik pokarmowy: 14.01 g; Sól: 11.87 g; WW: 19.29 Por; Cholesterol: 341.98 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drobiazgowo i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1766.01 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw.ł.nas.ogółem: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 247.09 g; suma cukrów prostych: 36.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 6.87 g; WW: 20.86 Por; Cholesterol: 173.02 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobiazgowo i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka z olejem 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 , margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1905.77 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw.ł.nas.ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 205.13 g; suma cukrów prostych: 26.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.22 g; Sól: 2.91 g; WW: 18.99 Por; Cholesterol: 186.67 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlety z buraka 300 Por ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), sos Tzatziki 100 ml ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokoletu 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.45 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 49.46 g; Sól: 5.88 g; WW: 28.19 Por; Cholesterol: 285.41 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/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> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.68 kcal; Białko ogółem: 51.75 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; suma cukrów prostych: 34.88 g; Błonnik pokarmowy: 15.81 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 203.7 mg;

środa 2024-12-11 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</u> , <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> ), 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</u> , <u>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;

środa 2024-12-11 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, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 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 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>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;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> 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 ,		<b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , ), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , ),	pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> , ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

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

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), marchewka 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> , ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.06 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.2 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; suma cukrów prostych: 31.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sól: 7.81 g; WW: 34.51 Por; Cholesterol: 205.75 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , ), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , ),	pomidorowa z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Ryż brązowy na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> , ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml ,

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

środa 2024-12-11 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 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 ,	grysikowa 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 ,	grysikowa 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.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;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 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 ,	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 ,	grysikowa 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.: 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;

środa 2024-12-11			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;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.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;

środa 2024-12-11			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</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.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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 udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żył. 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;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1147.16 kcal; Białko ogółem: 59.25 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.58 g; Węglowodany ogółem: 99.89 g; suma cukrów prostych: 15.6 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; Sól: 1.41 g; WW: 8.78 Por; Cholesterol: 184.48 mg;

środa 2024-12-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.25 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 352.13 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 5.01 g; WW: 33.07 Por; Cholesterol: 307.63 mg;

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos Tzatziki 100 ml ( <u>MLE</u> ), kotlety z buraka 300 Por ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.92 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 297.7 g; suma cukrów prostych: 77.49 g; Błonnik pokarmowy: 45.61 g; Sól: 16.03 g; WW: 25.41 Por; Cholesterol: 342.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1982.67 kcal; Białko ogółem: 53.84 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; suma cukrów prostych: 75.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 4.98 g; WW: 26.5 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2000.17 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 259.46 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; Sól: 3.92 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 221.61 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, 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 pomysłarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2123.61 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; suma cukrów prostych: 60.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; Sól: 4.02 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 229.88 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, 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. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1859.52 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 85.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.2 g; Węglowodany ogółem: 201.2 g; suma cukrów prostych: 56.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 4.93 g; WW: 17.45 Por; Cholesterol: 395.99 mg;

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kotlety z buraka 300 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos Tzatziki 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1903.48 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz: 64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 272.2 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.44 g; Sól: 16.46 g; WW: 23.14 Por; Cholesterol: 324.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2476.93 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; suma cukrów prostych: 68.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.81 Por; Cholesterol: 307.63 mg;

środa 2024-12-11			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> ), 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.93 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 314.28 g; suma cukrów prostych: 54.4 g; Błonnik pokarmowy: 37.73 g; Sól: 8.86 g; WW: 27.85 Por; Cholesterol: 335.33 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
margaryna 15 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	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 5 g, wędlina 30g 30 g, sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1908.97 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 284.01 g; suma cukrów prostych: 55.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Sól: 5.31 g; WW: 24.62 Por; Cholesterol: 185.42 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), 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 50 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> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2327.26 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 116.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.22 g; Węglowodany ogółem: 234.96 g; suma cukrów prostych: 51.52 g; Błonnik pokarmowy: 15.08 g; Sól: 2.62 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 380.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka 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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2566.35 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 94.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 338.94 g; suma cukrów prostych: 68.22 g; Błonnik pokarmowy: 49.76 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.22 Por; Cholesterol: 264.5 mg;

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Ścista Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			

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

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	pomidorowa z makaronem - ots b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy ots b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ),	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml,			

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

środa 2024-12-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),			

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

środa 2024-12-11			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka 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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2566.35 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 94.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 338.94 g; suma cukrów prostych: 68.22 g; Błonnik pokarmowy: 49.76 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.22 Por; Cholesterol: 264.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

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

środa 2024-12-11 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 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> , <i>może zawierać: GOR</i> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.87 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 314.86 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; Sól: 5.01 g; WW: 29.17 Por; Cholesterol: 307.63 mg;