

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyty 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyty 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.37 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 79.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 309.73 g; suma cukrów prostych: 43.56 g; Błonnik pokarmowy: 47.2 g; Sól: 7.9 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 248.74 mg;

<b>wtorek 2024-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żyty 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g, musztarda 20 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2566.32 kcal; Białko ogółem: 129.21 g; Tłuszcz: 96.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 334.27 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Błonnik pokarmowy: 51.38 g; Sól: 7.51 g; WW: 28.58 Por; Cholesterol: 218.78 mg;

<b>wtorek 2024-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> pomarańcza 1 szt, koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.5 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 324.39 g; suma cukrów prostych: 113.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sól: 6.43 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 326.49 mg;

<b>wtorek 2024-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.02 kcal; Białko ogółem: 101.9 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 308.49 g; suma cukrów prostych: 60.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 7.31 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 240.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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> ), kielbasa biała 120 g, musztarda 20 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2963.05 kcal; Białko ogółem: 138.66 g; Tłuszcz: 112.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 389.52 g; suma cukrów prostych: 72.87 g; Błonnik pokarmowy: 55.92 g; Sól: 11.48 g; WW: 33.59 Por; Cholesterol: 292.28 mg;

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.14 kcal; Białko ogółem: 130.87 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sól: 6.23 g; WW: 30.07 Por; Cholesterol: 298.29 mg;

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.51 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.36 g; Węglowodany ogółem: 291.68 g; suma cukrów prostych: 64.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g; Sól: 7.16 g; WW: 27.19 Por; Cholesterol: 261.15 mg;

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1586.89 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 176.92 g; suma cukrów prostych: 81.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g; Sól: 5.13 g; WW: 15.84 Por; Cholesterol: 232.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: banan 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1729.53 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 205.63 g; suma cukrów prostych: 81.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Sól: 5.26 g; WW: 18.58 Por; Cholesterol: 239.55 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: banan 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.43 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 79.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; suma cukrów prostych: 95.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 259.55 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2463.49 kcal; Białko ogółem: 141.5 g; Tłuszcz: 90.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 319 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sól: 7.65 g; WW: 27.49 Por; Cholesterol: 280.98 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grochówka z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g,				Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1824.93 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 52.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 265.7 g; suma cukrów prostych: 32.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g; Sól: 6.38 g; WW: 22.71 Por; Cholesterol: 147.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2078.63 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 78.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 272.11 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.13 g; Sól: 5.58 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 243.21 mg;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), 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, pomidor 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.2 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; suma cukrów prostych: 65.1 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.62 Por; Cholesterol: 244.61 mg;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.71 kcal; Białko ogółem: 134.95 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 309.6 g; suma cukrów prostych: 37.53 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sól: 7.41 g; WW: 26.57 Por; Cholesterol: 235.9 mg;

wtorek 2024-12-17 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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2461.24 kcal; Białko ogółem: 134.7 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; suma cukrów prostych: 55.17 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; Sól: 7.22 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 284.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1884.27 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 273.15 g; suma cukrów prostych: 32.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Sól: 7.81 g; WW: 24.64 Por; Cholesterol: 140.11 mg;

wtorek 2024-12-17			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> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2020.29 kcal; Białko ogółem: 49.7 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; suma cukrów prostych: 24.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; Sól: 3.96 g; WW: 27.02 Por; Cholesterol: 206.14 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.42 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 53.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.5 g; Węglowodany ogółem: 351.21 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sól: 6.35 g; WW: 32.76 Por; Cholesterol: 209.11 mg;

wtorek 2024-12-17			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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.39 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 322.45 g; suma cukrów prostych: 69.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Sól: 6.71 g; WW: 29.92 Por; Cholesterol: 217.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL, _</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2642.1 kcal; Białko ogółem: 129.67 g; Tłuszcz: 90.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 8.48 g; WW: 31.85 Por; Cholesterol: 285.54 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),			

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

wtorek 2024-12-17			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;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</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> ), pasta z wędliny drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2468.38 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; suma cukrów prostych: 75.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sól: 9.42 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 273.92 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</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> ), pasta z wędliny drob. 100 g, cukinia gotowana 50 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.: 2354.88 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 94.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; Sól: 7.37 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 279.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1727.1 kcal; Białko ogółem: 99.9 g; Tłuszcz: 48.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 250.87 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; Sól: 6.25 g; WW: 21.85 Por; Cholesterol: 168.91 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2471.01 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.8 g; Węglowodany ogółem: 333.2 g; suma cukrów prostych: 50.99 g; Błonnik pokarmowy: 46.65 g; Sól: 8.44 g; WW: 28.89 Por; Cholesterol: 263.04 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 80 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.86 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; suma cukrów prostych: 36.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Sól: 8.02 g; WW: 28.73 Por; Cholesterol: 618.3 mg;

wtorek 2024-12-17			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, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/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.: 2255.75 kcal; Białko ogółem: 103.6 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; suma cukrów prostych: 40.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.1 g; Sól: 5.53 g; WW: 29.45 Por; Cholesterol: 619.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.11 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; suma cukrów prostych: 48.59 g; Błonnik pokarmowy: 48.46 g; Sól: 7.9 g; WW: 27.18 Por; Cholesterol: 240.34 mg;

wtorek 2024-12-17 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;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.51 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 258.63 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 13.45 g; Sól: 1.5 g; WW: 24.77 Por; Cholesterol: 167.43 mg;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pomidor 100 g, pasta z wędliny drob. 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.47 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 93.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 253.78 g; suma cukrów prostych: 33.18 g; Błonnik pokarmowy: 10.61 g; Sól: 1.56 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 618.3 mg;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 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, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pomidor 100 g, pasta z wędliny drob. 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g, margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.04 kcal; Białko ogółem: 128.72 g; Tłuszcz: 102.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 244.65 g; suma cukrów prostych: 24.31 g; Błonnik pokarmowy: 14.35 g; Sól: 1.9 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 127.85 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Rukola 5 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, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z marchwi z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, 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, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2277.32 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 277.5 g; suma cukrów prostych: 31.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; Sól: 6.9 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 621.2 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Rukola 5 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, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, surówka z marchwi z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2310.32 kcal; Białko ogółem: 113.52 g; Tłuszcz: 110.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 232.78 g; suma cukrów prostych: 22.22 g; Błonnik pokarmowy: 14.82 g; Sól: 3.19 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 618.3 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.35 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 359.8 g; suma cukrów prostych: 70.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g; Sól: 5.71 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 137.78 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2020.29 kcal; Białko ogółem: 49.7 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; suma cukrów prostych: 24.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; Sól: 3.96 g; WW: 27.02 Por; Cholesterol: 206.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17 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;

wtorek 2024-12-17 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, 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;

wtorek 2024-12-17 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;

wtorek 2024-12-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g, biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3236.98 kcal; Białko ogółem: 162.96 g; Tłuszcz: 151.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.22 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; suma cukrów prostych: 70.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Sól: 10.5 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 1551.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.42 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 53.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.5 g; Węglowodany ogółem: 351.21 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sól: 6.35 g; WW: 32.76 Por; Cholesterol: 209.11 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , majonez saszetka ots 30 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3089.15 kcal; Białko ogółem: 157.25 g; Tłuszcz: 156.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.65 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; suma cukrów prostych: 45.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Sól: 10.51 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 1479.88 mg;

wtorek 2024-12-17			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;

wtorek 2024-12-17			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;

wtorek 2024-12-17			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;

wtorek 2024-12-17			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			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> ),			
<b>II Śniadanie:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

wtorek 2024-12-17			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> ),			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukiernia 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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> 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 ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

wtorek 2024-12-17			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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Pokrzywka		
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 ,			
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1033.31 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 34.23 g; Kw.łt.nas.ogółem: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 107.44 g; suma cukrów prostych: 14.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Sól: 3.11 g; WW: 8.99 Por; Cholesterol: 148.1 mg;

wtorek 2024-12-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
platkі owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</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> ), wędliina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2210.45 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; Tłuszcz: 70.4 g; Kw.łt.nas.ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 306.33 g; suma cukrów prostych: 89.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; Sól: 5.88 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 305.29 mg;

wtorek 2024-12-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.35 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 359.8 g; suma cukrów prostych: 70.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g; Sól: 5.71 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 137.78 mg;

wtorek 2024-12-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Rukola 5 g , ogórek świeży 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 , Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), pomarańcza 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.69 kcal; Białko ogółem: 77.2 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; suma cukrów prostych: 51.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.56 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

wtorek 2024-12-17		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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Rukola 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1959.43 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw.łt.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 254.19 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Sól: 5.98 g; WW: 23.65 Por; Cholesterol: 239.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17		
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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Rukola 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2015.14 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 267.1 g; suma cukrów prostych: 63.7 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g; Sól: 6.04 g; WW: 24.86 Por; Cholesterol: 239.55 mg;

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1935.99 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.8 g; Węglowodany ogółem: 243.4 g; suma cukrów prostych: 62.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; Sól: 5.45 g; WW: 21.32 Por; Cholesterol: 236.61 mg;

wtorek 2024-12-17		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 5 g ,	zupa ryżowa jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kotletry sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.1 g; Węglowodany ogółem: 285.08 g; suma cukrów prostych: 32.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; Sól: 7 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 176.28 mg;

wtorek 2024-12-17		
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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	culinia gotowana 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2515.51 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 93.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 330.91 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; Sól: 10.53 g; WW: 30.91 Por; Cholesterol: 272.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2707.49 kcal; Białko ogółem: 153.43 g; Tłuszcz: 100.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 348.2 g; suma cukrów prostych: 55.71 g; Błonnik pokarmowy: 51.77 g; Sól: 12 g; WW: 29.88 Por; Cholesterol: 292.58 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Rukola 5 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 , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z marchwi z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2487.09 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 117.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 255.51 g; suma cukrów prostych: 35.89 g; Błonnik pokarmowy: 12.3 g; Sól: 1.77 g; WW: 24.47 Por; Cholesterol: 618.3 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 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 , schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2373.36 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 270.66 g; suma cukrów prostych: 46.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g; Sól: 1.87 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 227.05 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2858.74 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 55.66 g; Sól: 12.15 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 342.24 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ogórkowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots b/ml 200 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
			Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.08 kcal; Białko ogółem: 121.1 g; Tłuszcz: 96.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 233 g; suma cukrów prostych: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Sól: 6.46 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 1304.95 mg;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),			

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

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grochówka z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2858.74 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 55.66 g; Sól: 12.15 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 342.24 mg;

wtorek 2024-12-17			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;

wtorek 2024-12-17			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2395.01 kcal; Białko ogółem: 129.08 g; Tłuszcz: 92.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.17 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 316.65 mg;