

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), krokiety z kapustą i pieczarkami 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z suszu 200 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2711.96 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 420.66 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Błonnik pokarmowy: 43.92 g; Sól: 9.38 g; WW: 37.87 Por; Cholesterol: 471.31 mg;

<b>wtorek 2024-12-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), krokiety z kapustą i pieczarkami 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z suszu 200 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2957 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 88.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 458.32 g; suma cukrów prostych: 92.26 g; Błonnik pokarmowy: 46.46 g; Sól: 9.66 g; WW: 41.42 Por; Cholesterol: 491.31 mg;

<b>wtorek 2024-12-24</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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2689.84 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g; suma cukrów prostych: 79.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sól: 8.58 g; WW: 33.47 Por; Cholesterol: 350.38 mg;

<b>wtorek 2024-12-24</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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z suszu 200 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2905.94 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 463.04 g; suma cukrów prostych: 74.1 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Sól: 8.51 g; WW: 43.23 Por; Cholesterol: 293.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,				Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3251.6 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 93.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.5 g; Węglowodany ogółem: 488.43 g; suma cukrów prostych: 115.51 g; Błonnik pokarmowy: 54.43 g; Sól: 8.99 g; WW: 43.57 Por; Cholesterol: 353.98 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,				Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2905.94 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 445.84 g; suma cukrów prostych: 74.1 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Sól: 8.51 g; WW: 41.51 Por; Cholesterol: 293.48 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),	
				Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2888.02 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 413.32 g; suma cukrów prostych: 86.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g; Sól: 8.29 g; WW: 39.21 Por; Cholesterol: 342.67 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ),		koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g,				Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2372.9 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 79.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: 6.33 g; WW: 30.46 Por; Cholesterol: 316.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2456.72 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; suma cukrów prostych: 73.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.54 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.88 Por; Cholesterol: 322.67 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3048.02 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 446.92 g; suma cukrów prostych: 86.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g; Sól: 8.29 g; WW: 42.57 Por; Cholesterol: 342.67 mg;

wtorek 2024-12-24 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.84 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 10.59 g; WW: 27.32 Por; Cholesterol: 200.38 mg;

wtorek 2024-12-24 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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2003.22 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; suma cukrów prostych: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; Sól: 8.07 g; WW: 25.43 Por; Cholesterol: 111.8 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),
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, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 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> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2494.8 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 99.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; suma cukrów prostych: 61.8 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; Sól: 9.06 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 280.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , śliwki 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2806.79 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 100.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Błonnik pokarmowy: 47.74 g; Sól: 10.83 g; WW: 33.04 Por; Cholesterol: 278.24 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.56 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; suma cukrów prostych: 46.95 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 10.59 g; WW: 27.3 Por; Cholesterol: 167.3 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2655.94 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 94.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 346.86 g; suma cukrów prostych: 59.28 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 10.87 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 220.38 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1985.8 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; suma cukrów prostych: 52.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; Sól: 10.03 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 64.59 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), włoszczyzna kostka gotowana 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2268.9 kcal; Białko ogółem: 52.48 g; Tłuszcz: 85.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 323.23 g; suma cukrów prostych: 37.8 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Sól: 8.86 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 138.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2064 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw.ł.nas.ogółem: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; suma cukrów prostych: 72.3 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 10.04 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 89.99 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2644.78 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw.ł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g; Sól: 11.05 g; WW: 34.31 Por; Cholesterol: 195.95 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3096.54 kcal; Białko ogółem: 131.62 g; Tłuszcz: 100.6 g; Kw.ł.nas.ogółem: 44.2 g; Węglowodany ogółem: 443.47 g; suma cukrów prostych: 89.75 g; Błonnik pokarmowy: 42.44 g; Sól: 9.13 g; WW: 40.26 Por; Cholesterol: 368.98 mg;

wtorek 2024-12-24			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.ł.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 2024-12-24			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.ł.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2748.44 kcal; Białko ogółem: 130.09 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 411.78 g; suma cukrów prostych: 119.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.3 g; Sól: 8.72 g; WW: 37.51 Por; Cholesterol: 435.25 mg;

wtorek 2024-12-24 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> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.05 kcal; Białko ogółem: 120.3 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; suma cukrów prostych: 46.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Sól: 10.73 g; WW: 30.2 Por; Cholesterol: 280.25 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.44 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 276.64 g; suma cukrów prostych: 32.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.3 g; Sól: 8 g; WW: 24.17 Por; Cholesterol: 167.82 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 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> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2265.34 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 317.96 g; suma cukrów prostych: 51.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 10.57 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 156.88 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2019.19 kcal; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; suma cukrów prostych: 62.08 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 10.9 g; WW: 27.3 Por; Cholesterol: 67.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			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 kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, 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, barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), kompot z suszu 200 g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1986.32 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; suma cukrów prostych: 39.6 g; Błonnik pokarmowy: 44.56 g; Sól: 11.32 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 69.14 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), kompot z suszu 200 g,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2164.44 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; suma cukrów prostych: 48.2 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 10.85 g; WW: 29.12 Por; Cholesterol: 120.98 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,	wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1928.94 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.13 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.71 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), kompot z suszu 200 g,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2184 kcal; Białko ogółem: 79.52 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 275.03 g; suma cukrów prostych: 33.35 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Sól: 7.48 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 120.72 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), kompot z suszu 200 g,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.07 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 274.72 g; suma cukrów prostych: 33.09 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Sól: 7.54 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 13.24 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2313.1 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 105.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 262.3 g; suma cukrów prostych: 36.32 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Sól: 7.66 g; WW: 24.65 Por; Cholesterol: 163.82 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1954 kcal; Białko ogółem: 72.05 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Błonnik pokarmowy: 44.25 g; Sól: 11.83 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 74.05 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku - ots 200 g ( <u>RYB, SEL</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.4 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 92.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 273.59 g; suma cukrów prostych: 44.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g; Sól: 9.35 g; WW: 25.2 Por; Cholesterol: 67.84 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z suszu 200 g ,			
		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2622.44 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 422.37 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; Sól: 8.54 g; WW: 38.26 Por; Cholesterol: 317.43 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2268.7 kcal; Białko ogółem: 50.99 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 331.18 g; suma cukrów prostych: 59.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Sól: 8.76 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 138.99 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

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

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,			

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

wtorek 2024-12-24			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 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana ots 100 g , serek wiejski ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek prażonych ots 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3224.83 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 120.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 425.03 g; suma cukrów prostych: 137.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.6 g; Sól: 6.38 g; WW: 39.49 Por; Cholesterol: 281.52 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2313.38 kcal; Białko ogółem: 90.1 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 325.12 g; suma cukrów prostych: 72.5 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 10.04 g; WW: 28.95 Por; Cholesterol: 172.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kalfior z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, 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> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c ots 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3008.71 kcal; Białko ogółem: 120.3 g; Tłuszcz: 130.78 g; Kw.łt.nas.ogółem: 47.11 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; suma cukrów prostych: 45.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 6.23 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 304.97 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

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

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),			

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

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24 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;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

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

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> , ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.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 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> , ), woda n/g 0,5L 1 szt , sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ),	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.: 1677.68 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; suma cukrów prostych: 101.5 g; Błonnik pokarmowy: 50.1 g; Sól: 4.85 g; WW: 21.49 Por; Cholesterol: 228.93 mg;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 779.9 kcal; Białko ogółem: 20.3 g; Tłuszcz: 24.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.42 g; Węglowodany ogółem: 122.96 g; suma cukrów prostych: 7.45 g; Błonnik pokarmowy: 11.65 g; Sól: .94 g; WW: 11.14 Por; Cholesterol: 25.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3081.14 kcal; Białko ogółem: 139.92 g; Tłuszcz: 102.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 417.37 g; suma cukrów prostych: 92.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; Sól: 8.52 g; WW: 39.51 Por; Cholesterol: 408.48 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z suszu 200 g,			
		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2668.62 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 422.44 g; suma cukrów prostych: 74.5 g; Błonnik pokarmowy: 42.44 g; Sól: 8.63 g; WW: 38.07 Por; Cholesterol: 276.93 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/flu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g,			
		Posiłek nocny: banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2179.57 kcal; Białko ogółem: 57.38 g; Tłuszcz: 79.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 327.84 g; suma cukrów prostych: 62.83 g; Błonnik pokarmowy: 45.39 g; Sól: 4.69 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 15.99 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z suszu 200 g,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2577.8 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 397.32 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.92 g; Sól: 7.11 g; WW: 37.61 Por; Cholesterol: 280.7 mg;

wtorek 2024-12-24			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> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2674.94 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 395.04 g; suma cukrów prostych: 70.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Sól: 7.23 g; WW: 37.21 Por; Cholesterol: 292.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, 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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , śliwki 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2386.25 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 95.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 292.6 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sól: 8.94 g; WW: 25.69 Por; Cholesterol: 265.06 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2372.04 kcal; Białko ogółem: 93 g; Tłuszcz: 81.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; suma cukrów prostych: 52.37 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 10.98 g; WW: 29.07 Por; Cholesterol: 169.58 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 0 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g ,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3113.18 kcal; Białko ogółem: 123.39 g; Tłuszcz: 88.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 460 g; suma cukrów prostych: 108.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; Sól: 8.32 g; WW: 42.55 Por; Cholesterol: 342.67 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi ruskie 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2965.33 kcal; Białko ogółem: 131.53 g; Tłuszcz: 108.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.38 g; Węglowodany ogółem: 381.98 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Błonnik pokarmowy: 43.84 g; Sól: 11.78 g; WW: 33.93 Por; Cholesterol: 257.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca			
margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),		koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , śliwki 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2124.41 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.12 g; Węglowodany ogółem: 324.81 g; suma cukrów prostych: 60.87 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; Sól: 9.62 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 71.24 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca			
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , śliwki 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2699.05 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 120.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; suma cukrów prostych: 52.4 g; Błonnik pokarmowy: 15.75 g; Sól: 6.62 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 228.28 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		
II Śniadanie: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,				Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3251.6 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 93.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.5 g; Węglowodany ogółem: 488.43 g; suma cukrów prostych: 115.51 g; Błonnik pokarmowy: 54.43 g; Sól: 8.99 g; WW: 43.57 Por; Cholesterol: 353.98 mg;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

wtorek 2024-12-24			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS			
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna sztukowa 15g 1 szt , dynia gotowana ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,		kapuśniak z kisz. kap. b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kalfior gotowany - ots 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), sałatka wykwinna ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		
				Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.08 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 92.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; suma cukrów prostych: 32.3 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 4.24 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 106.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24		
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;

wtorek 2024-12-24		
Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <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> , ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3251.6 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 93.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.5 g; Węglowodany ogółem: 488.43 g; suma cukrów prostych: 115.51 g; Błonnik pokarmowy: 54.43 g; Sól: 8.99 g; WW: 43.57 Por; Cholesterol: 353.98 mg;

wtorek 2024-12-24		
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;

wtorek 2024-12-24		
Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> , ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), barszcz czerwony czysty 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: Babka piaskowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3054.52 kcal; Białko ogółem: 137.32 g; Tłuszcz: 100.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 417.82 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g; Sól: 8.47 g; WW: 39.71 Por; Cholesterol: 398.17 mg;