

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, miód 2 szt. 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.4 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 282.48 g; suma cukrów prostych: 55.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Sól: 6.15 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 204.88 mg;

<b>wtorek 2025-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 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 mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2310.36 kcal; Białko ogółem: 120.79 g; Tłuszcz: 77.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 315.09 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; Sól: 6.44 g; WW: 28.05 Por; Cholesterol: 224.88 mg;

<b>wtorek 2025-01-07</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 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, miód 2 szt. 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2373.1 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 325.3 g; suma cukrów prostych: 97.57 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g; Sól: 6.91 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 267.58 mg;

<b>wtorek 2025-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2548.08 kcal; Białko ogółem: 132.57 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 352.36 g; suma cukrów prostych: 100.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; Sól: 6.69 g; WW: 33.03 Por; Cholesterol: 238.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2324.83 kcal; Białko ogółem: 141.66 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.45 g; Węglowodany ogółem: 273.45 g; suma cukrów prostych: 65.7 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g; Sól: 6.95 g; WW: 23.73 Por; Cholesterol: 271.98 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2386.41 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.9 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.64 Por; Cholesterol: 222.88 mg;

wtorek 2025-01-07 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 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 60 g, pomidor 100 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2260.16 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 325.16 g; suma cukrów prostych: 50.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; Sól: 5.98 g; WW: 30.63 Por; Cholesterol: 202.13 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1816.71 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 231.33 g; suma cukrów prostych: 89.08 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g; Sól: 4.55 g; WW: 21.62 Por; Cholesterol: 209.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1995.86 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 267.59 g; suma cukrów prostych: 90.2 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; Sól: 4.71 g; WW: 25.05 Por; Cholesterol: 218.13 mg;

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2508.16 kcal; Białko ogółem: 135.01 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; suma cukrów prostych: 103.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; Sól: 6.35 g; WW: 33.78 Por; Cholesterol: 238.13 mg;

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.21 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 91.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.2 g; Węglowodany ogółem: 267.2 g; suma cukrów prostych: 39.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Sól: 6.93 g; WW: 23.2 Por; Cholesterol: 247.28 mg;

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 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 60 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> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1804.45 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 248 g; suma cukrów prostych: 35.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.87 g; Sól: 6.37 g; WW: 21.41 Por; Cholesterol: 146 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1920.98 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 215.26 g; suma cukrów prostych: 59.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sól: 5.69 g; WW: 18.51 Por; Cholesterol: 481.06 mg;

wtorek 2025-01-07 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 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 ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.87 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 84.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 274.09 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.55 g; Sól: 7.2 g; WW: 23.47 Por; Cholesterol: 473.86 mg;

wtorek 2025-01-07 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 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 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 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.93 kcal; Białko ogółem: 121.37 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.9 g; Węglowodany ogółem: 267.1 g; suma cukrów prostych: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Sól: 6.93 g; WW: 23.18 Por; Cholesterol: 214.2 mg;

wtorek 2025-01-07 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 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 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. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2456.91 kcal; Białko ogółem: 137.75 g; Tłuszcz: 97.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 293.31 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Sól: 7.21 g; WW: 25.69 Por; Cholesterol: 267.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1950.92 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 274.61 g; suma cukrów prostych: 25.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 6.21 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 131.05 mg;

wtorek 2025-01-07			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> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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 PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2113.04 kcal; Białko ogółem: 55.88 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; suma cukrów prostych: 30.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.1 g; Sól: 4.93 g; WW: 28 Por; Cholesterol: 209.48 mg;

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2228.17 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; suma cukrów prostych: 106.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 160.65 mg;

wtorek 2025-01-07			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 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.87 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sól: 6.42 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 205.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , _), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g, 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 mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> , _),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.2 kcal; Białko ogółem: 137.29 g; Tłuszcz: 98.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 275.74 g; suma cukrów prostych: 68.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Sól: 7.45 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 369.18 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _),	płynna - obiad 600 ml, sos własny mięsny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _),	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.: 2376.49 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 145.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 153.14 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 5.13 g; Sól: 2.89 g; WW: 14.96 Por; Cholesterol: 1057.86 mg;

wtorek 2025-01-07		
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.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 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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,	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, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> , _), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2385.98 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; suma cukrów prostych: 86.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 6.39 g; WW: 30.83 Por; Cholesterol: 242.51 mg;

wtorek 2025-01-07		
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 100 g ( <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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,	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, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> , _), 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.: 2385.89 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 301.31 g; suma cukrów prostych: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Sól: 6.12 g; WW: 27.73 Por; Cholesterol: 266.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ),	żurek z ziemniakami 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 razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1927.17 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 228.96 g; suma cukrów prostych: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; Sól: 5.9 g; WW: 19.98 Por; Cholesterol: 221.14 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.72 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 269.74 g; suma cukrów prostych: 41.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sól: 6.9 g; WW: 23.45 Por; Cholesterol: 207.78 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2112.54 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 295.95 g; suma cukrów prostych: 36.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g; Sól: 4.12 g; WW: 27.71 Por; Cholesterol: 62.75 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 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 koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1901.05 kcal; Białko ogółem: 101.2 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 273.57 g; suma cukrów prostych: 23.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Sól: 4.15 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 64.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2066.4 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 278.08 g; suma cukrów prostych: 48.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Sól: 6.17 g; WW: 24.72 Por; Cholesterol: 195.88 mg;

wtorek 2025-01-07			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 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 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 koperkowy b/glut, b/ml 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. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, miód 2 szt. 50 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2200.02 kcal; Białko ogółem: 104.8 g; Tłuszcz: 96.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 237.56 g; suma cukrów prostych: 19.42 g; Błonnik pokarmowy: 11.99 g; Sól: .98 g; WW: 22.78 Por; Cholesterol: 178.63 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 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 koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 10 g, miód 2 szt. 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.45 kcal; Białko ogółem: 103.9 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 234.93 g; suma cukrów prostych: 17.3 g; Błonnik pokarmowy: 11.68 g; Sól: 1.02 g; WW: 22.52 Por; Cholesterol: 62.75 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.17 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 103.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 236.51 g; suma cukrów prostych: 22.8 g; Błonnik pokarmowy: 12.67 g; Sól: 5.44 g; WW: 22.53 Por; Cholesterol: 214.53 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2029.96 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw.łt.nas.ogółem: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 278.29 g; suma cukrów prostych: 36.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.56 g; Sól: 6.95 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 65.45 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2205.89 kcal; Białko ogółem: 117.92 g; Tłuszcz: 94.88 g; Kw.łt.nas.ogółem: 41.78 g; Węglowodany ogółem: 239.67 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 13.86 g; Sól: 7.15 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 62.75 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos serowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2397.85 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw.łt.nas.ogółem: 43.73 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g; Sól: 6.34 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 212.22 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 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,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2113.04 kcal; Białko ogółem: 55.88 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; suma cukrów prostych: 30.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.1 g; Sól: 4.93 g; WW: 28 Por; Cholesterol: 209.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
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 , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ),	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 90 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.: 2046.19 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 286.89 g; suma cukrów prostych: 48.51 g; Błonnik pokarmowy: 41.24 g; Sól: 8.79 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 764.14 mg;

wtorek 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 90 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.: 2170.06 kcal; Białko ogółem: 101.2 g; Tłuszcz: 44.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 365.92 g; suma cukrów prostych: 66.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g; Sól: 7.18 g; WW: 33.01 Por; Cholesterol: 155.62 mg;

wtorek 2025-01-07 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 2025-01-07 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bułka 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa</span>		
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> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: 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 porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2365.35 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 343.7 g; suma cukrów prostych: 106.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.6 Por; Cholesterol: 206.13 mg;

wtorek 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.</span>		
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</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> ),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kalfalior z bułką tartą ots 150 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> ), 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: 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.tł.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 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu</span>		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

wtorek 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)</span>		
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 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)</span>		
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 2025-01-07 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)</span>		
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 2025-01-07			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

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

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
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> ),	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 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2391.37 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Pokrzywka		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1566.32 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 41.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; suma cukrów prostych: 99.25 g; Błonnik pokarmowy: 49.07 g; Sól: 3.45 g; WW: 20.2 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	żurek z ziemniakami 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> ), 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 3 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 831.95 kcal; Białko ogółem: 65.77 g; Tłuszcz: 36.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 62.42 g; suma cukrów prostych: 8.52 g; Błonnik pokarmowy: 6.89 g; Sól: 2.69 g; WW: 5.61 Por; Cholesterol: 130.79 mg;		

wtorek 2025-01-07		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 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2426.66 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.53 g; Węglowodany ogółem: 329.66 g; suma cukrów prostych: 53.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; Sól: 6.16 g; WW: 31.13 Por; Cholesterol: 257.63 mg;		

wtorek 2025-01-07		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos serowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2415.39 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 92.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.78 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; suma cukrów prostych: 60.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.96 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.63 Por; Cholesterol: 212.22 mg;		

wtorek 2025-01-07		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEJ</u> ), szczypiorek 8 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: banan 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2128.18 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 325.04 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; Sól: 3.92 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 17.75 mg;		

wtorek 2025-01-07		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 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 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> ), 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> ), wędlina 60 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, miód 25 g,
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2231.94 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 296.97 g; suma cukrów prostych: 96.7 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g; Sól: 5.55 g; WW: 28.13 Por; Cholesterol: 227.93 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ),		żurek z ziemniakami 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,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 25 g,	
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2409.48 kcal; Białko ogółem: 128.37 g; Tłuszcz: 78.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 321.88 g; suma cukrów prostych: 98.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 5.93 g; WW: 30.45 Por; Cholesterol: 238.28 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, 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 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1746.12 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 201.91 g; suma cukrów prostych: 57.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; Sól: 5.09 g; WW: 17.32 Por; Cholesterol: 468.63 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, szczypiorek 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos serowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2421.09 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.8 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; suma cukrów prostych: 52.65 g; Błonnik pokarmowy: 45.02 g; Sól: 6.56 g; WW: 26.8 Por; Cholesterol: 250.92 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Hematologiczna 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 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2503.33 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 321.77 g; suma cukrów prostych: 83.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Sól: 7.2 g; WW: 29.76 Por; Cholesterol: 276.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			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> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		grysiwka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
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.: 2307.75 kcal; Białko ogółem: 132.86 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Błonnik pokarmowy: 43.81 g; Sól: 9.05 g; WW: 25.58 Por; Cholesterol: 254.03 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.44 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 104.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 241.68 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 14.15 g; Sól: 5.34 g; WW: 22.85 Por; Cholesterol: 449.21 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z marchwi i chrzanzu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.13 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 103.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 248.22 g; suma cukrów prostych: 50.06 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g; Sól: 1.75 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 457.61 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, 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 mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.83 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 298.55 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; Sól: 7.22 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 277.98 mg;

wtorek 2025-01-07			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-07			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> ), kaliafor 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;

wtorek 2025-01-07			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 2025-01-07			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	żurek z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , 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 mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.83 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 298.55 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; Sól: 7.22 g; WW: 26.23 Por; Cholesterol: 277.98 mg;

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
paperowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	paperowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	paperowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

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

wtorek 2025-01-07			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysiowka z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: 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 porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.16 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; Sól: 6.14 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 257.63 mg;