

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, sos tatarski 50 ml ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2463.16 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 118.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 266.59 g; suma cukrów prostych: 50.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; Sól: 4.96 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 695.68 mg;

<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, sos tatarski 50 ml ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.66 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 122.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 278.35 g; suma cukrów prostych: 64.87 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; Sól: 4.72 g; WW: 24.6 Por; Cholesterol: 715.68 mg;

<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.37 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 91.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 221.96 g; suma cukrów prostych: 46.95 g; Błonnik pokarmowy: 41.8 g; Sól: 4.33 g; WW: 18.3 Por; Cholesterol: 676.18 mg;

<b>piątek 2025-01-17</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2143.83 kcal; Białko ogółem: 98.3 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 279.46 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 5.06 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 778.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2625.99 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 97.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Błonnik pokarmowy: 45.03 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 708.87 mg;

piątek 2025-01-17			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> ), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2115.61 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; suma cukrów prostych: 65.25 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g; Sól: 4.5 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 705.07 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.08 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; suma cukrów prostych: 49.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 5.36 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 791.07 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1628.43 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 176.29 g; suma cukrów prostych: 56.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g; Sól: 3.57 g; WW: 15.65 Por; Cholesterol: 762.79 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1807.58 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 212.56 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 3.73 g; WW: 19.08 Por; Cholesterol: 771.07 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), 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, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2322.08 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 307.72 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Sól: 5.37 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 791.07 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2383.41 kcal; Białko ogółem: 134.06 g; Tłuszcz: 94.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.44 g; Węglowodany ogółem: 278.56 g; suma cukrów prostych: 39.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.13 g; Sól: 6.74 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 291.17 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1912.57 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 262.58 g; suma cukrów prostych: 38.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.92 g; Sól: 6.18 g; WW: 22.7 Por; Cholesterol: 177.49 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2032.54 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 81.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 240.64 g; suma cukrów prostych: 59.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sól: 6.53 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 254.74 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.56 kcal; Białko ogółem: 116.6 g; Tłuszcz: 84.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.73 g; Węglowodany ogółem: 287.23 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.85 g; Sól: 7.4 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 267.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ), ogórek kiszony 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2198.48 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; suma cukrów prostych: 37.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.19 g; Sól: 7.83 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 202.59 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE.</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2588.31 kcal; Białko ogółem: 144.07 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; suma cukrów prostych: 52.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g; Sól: 7.02 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 311.17 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , może zawierać: <u>GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2131.32 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 296.75 g; suma cukrów prostych: 20.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 6.51 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 110.04 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE.</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU.</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 50 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ),			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ),		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI.</u> , <u>ORZ.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.66 kcal; Białko ogółem: 50.34 g; Tłuszcz: 79.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; suma cukrów prostych: 27.1 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Sól: 3.45 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 155.26 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , może zawierać: <u>GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL.</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI.</u> , <u>ORZ.</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.74 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 42.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 5.63 g; WW: 33.33 Por; Cholesterol: 110.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 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 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2555.45 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 375.22 g; suma cukrów prostych: 85.81 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g; Sól: 6.65 g; WW: 34.25 Por; Cholesterol: 180.15 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
ryż na mleku 300 g ( <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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sos tatarski 50 ml ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2304.69 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 104 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.08 g; Węglowodany ogółem: 242.69 g; suma cukrów prostych: 49.7 g; Błonnik pokarmowy: 40.93 g; Sól: 5.04 g; WW: 20.44 Por; Cholesterol: 777.28 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml, grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2137.01 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 131.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.4 g; Węglowodany ogółem: 131.47 g; suma cukrów prostych: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.26 g; Sól: 1.8 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 1056.91 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Papkowata
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2185.53 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 131.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.81 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1056.91 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2456.65 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 79.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; suma cukrów prostych: 94.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; Sól: 6.1 g; WW: 30.79 Por; Cholesterol: 225.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), 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 jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2562.94 kcal; Białko ogółem: 132.5 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; suma cukrów prostych: 25.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Sól: 6.61 g; WW: 26.92 Por; Cholesterol: 762.77 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1684.48 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 177.78 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g; Sól: 5.93 g; WW: 15.79 Por; Cholesterol: 730.21 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB, ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sos tatarski 50 ml ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ),			
		Posiłek nocny: Salátka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.27 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27 g; Węglowodany ogółem: 231.19 g; suma cukrów prostych: 26.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sól: 4.41 g; WW: 19.8 Por; Cholesterol: 668.08 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 60 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2076.05 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; suma cukrów prostych: 69.33 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sól: 4.29 g; WW: 28.85 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2025-01-17			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 , wędlina 60 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1786.17 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 46.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 270.23 g; suma cukrów prostych: 36.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.71 g; Sól: 4.16 g; WW: 22.8 Por; Cholesterol: 587.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 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 , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1869.35 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Tłuszcz: 76.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 227.11 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g; Sól: 3.59 g; WW: 19.69 Por; Cholesterol: 124.23 mg;

piątek 2025-01-17			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;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.3 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 107.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 194.1 g; suma cukrów prostych: 30.15 g; Błonnik pokarmowy: 8.65 g; Sól: 1.42 g; WW: 18.73 Por; Cholesterol: 685.47 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 60 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g , jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1972.39 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 232.86 g; suma cukrów prostych: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; Sól: 1.23 g; WW: 21.71 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos cytrynowy bez glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2375.77 kcal; Białko ogółem: 125.61 g; Tłuszcz: 110.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 219.75 g; suma cukrów prostych: 22.12 g; Błonnik pokarmowy: 14.63 g; Sól: 3.31 g; WW: 20.75 Por; Cholesterol: 726.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 60 g, ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy bez mleka 100 ml ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 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 5g, Sałatka z soczewicy 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.11 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; suma cukrów prostych: 36.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.6 g; Sól: 7.43 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 588.69 mg;

piątek 2025-01-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML</span>		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy bez mleka b/glu 100 ml, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5g, Sałatka z soczewicy 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.41 kcal; Białko ogółem: 119.81 g; Tłuszcz: 96.79 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 215.66 g; suma cukrów prostych: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 19.6 g; Sól: 3.8 g; WW: 19.88 Por; Cholesterol: 585.99 mg;

piątek 2025-01-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa</span>		
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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlety z kalafiora 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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> ), Sałatka z soczewicy 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.95 kcal; Białko ogółem: 66.75 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw.łt.nas.ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 271.18 g; suma cukrów prostych: 46.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g; Sól: 4.76 g; WW: 23.27 Por; Cholesterol: 251.6 mg;

piątek 2025-01-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa</span>		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 50 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.66 kcal; Białko ogółem: 50.34 g; Tłuszcz: 79.1 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; suma cukrów prostych: 27.1 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Sól: 3.45 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 155.26 mg;

piątek 2025-01-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2</span>		
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 60 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.: 2099.66 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw.łt.nas.ogółem: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 256.68 g; suma cukrów prostych: 39.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; Sól: 3.97 g; WW: 22.61 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), marchewka gotowana 130 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 60 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 60 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.: 1804.33 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.6 g; Sól: 3.86 g; WW: 19.6 Por; Cholesterol: 745.1 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> , _), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , _), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , _), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> , _), Szyntka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> , _), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , _), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> , _),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , _), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , _), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> , _), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , _),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2394.11 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; suma cukrów prostych: 93.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Sól: 5.74 g; WW: 33.66 Por; Cholesterol: 143.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Szyzka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.01 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
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;

piątek 2025-01-17			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.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;

piątek 2025-01-17			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.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;

piątek 2025-01-17			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.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;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina 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.łł.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;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 60 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> , może zawierać: <u>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 60 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.: 2061.15 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 244 g; suma cukrów prostych: 43.9 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 3.1 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 208.59 mg;

piątek 2025-01-17 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.łł.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;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1800.45 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 245.29 g; suma cukrów prostych: 83.6 g; Błonnik pokarmowy: 46.86 g; Sól: 3.95 g; WW: 20.13 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 250 g , Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> , ), surówka z czerwonej kapusty 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 710.58 kcal; Białko ogółem: 56.03 g; Tłuszcz: 20.25 g; Kw.łł.nas.ogółem: 2.54 g; Węglowodany ogółem: 82.51 g; suma cukrów prostych: 15.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.01 g; Sól: .64 g; WW: 6.95 Por; Cholesterol: 23.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.08 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; suma cukrów prostych: 42.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 5.2 g; WW: 25.25 Por; Cholesterol: 779.07 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlety z kalafiora 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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> ), Sałatka z soczewicy 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.95 kcal; Białko ogółem: 66.75 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 271.18 g; suma cukrów prostych: 46.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g; Sól: 4.76 g; WW: 23.27 Por; Cholesterol: 251.6 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Sałatka z soczewicy 150 g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1852.85 kcal; Białko ogółem: 48.54 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 312 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.65 g; Sól: 6.54 g; WW: 27.21 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1600.63 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 158.69 g; suma cukrów prostych: 63.74 g; Błonnik pokarmowy: 15.04 g; Sól: 3.31 g; WW: 14.48 Por; Cholesterol: 783.69 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 60 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowo-truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1396.19 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 141.3 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Błonnik pokarmowy: 13.68 g; Sól: 2.9 g; WW: 12.83 Por; Cholesterol: 505.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 50 g ( <u>SEL</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1821.77 kcal; Białko ogółem: 102.5 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.63 g; Węglowodany ogółem: 194.82 g; suma cukrów prostych: 56.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.5 g; Sól: 5.25 g; WW: 17.18 Por; Cholesterol: 510.62 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami jarska 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2150.98 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 267.9 g; suma cukrów prostych: 37.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Sól: 6.48 g; WW: 23.16 Por; Cholesterol: 217.37 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko pieczone 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.07 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Sól: 5.37 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 520.3 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2411.59 kcal; Białko ogółem: 131.99 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.79 g; Węglowodany ogółem: 285.53 g; suma cukrów prostych: 62.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g; Sól: 9.28 g; WW: 25.28 Por; Cholesterol: 517.8 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 30g 30g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, śliwki 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1957.81 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.69 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; suma cukrów prostych: 52.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 5.39 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 365.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, sliwki 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.33 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 110.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.87 g; Węglowodany ogółem: 236.93 g; suma cukrów prostych: 50.59 g; Błonnik pokarmowy: 10.18 g; Sól: 2.92 g; WW: 22.8 Por; Cholesterol: 513.6 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU, SEL</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek 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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko pieczone 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2240.48 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 289.47 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Błonnik pokarmowy: 44.31 g; Sól: 5.23 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 521.5 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Ścista Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: 15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: 0.9 g; Sól: 0.15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	jarzynowa z ziemniakami ots b/ml 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona ots 120 g, kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzącą ots 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy - ots 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 104.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; suma cukrów prostych: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 226.03 mg;

piątek 2025-01-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, budyń o smaku śmietankowym z/c - OTS 200 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1181.75 kcal; Białko ogółem: 44.39 g; Tłuszcz: 35.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 177.66 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Sól: 1.35 g; WW: 16.16 Por; Cholesterol: 168.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
ryż na mleku 300 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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z miruny w zielonym pesto 120 g ( <u>RYB</u> , <u>ORZ</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogezyzowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2346.65 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 96.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; suma cukrów prostych: 67.7 g; Błonnik pokarmowy: 42.01 g; Sól: 4.35 g; WW: 23.49 Por; Cholesterol: 432.21 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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.: 2806.69 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 118.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.88 g; Węglowodany ogółem: 333.1 g; suma cukrów prostych: 157.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; Sól: 4.49 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 783.73 mg;

piątek 2025-01-17			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), warzywa po grecku 130 g ( <u>SEL</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2269.56 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 271.41 g; suma cukrów prostych: 51.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sól: 5.39 g; WW: 24.67 Por; Cholesterol: 798.07 mg;