

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g,	chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2254.25 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.7 g; Węglowodany ogółem: 294.21 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 7.02 g; WW: 25.98 Por; Cholesterol: 322 mg;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200g, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2479.26 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; suma cukrów prostych: 59.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.11 g; Sól: 7.3 g; WW: 29.15 Por; Cholesterol: 342 mg;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 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>), sałata zielona 20 g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drobi. 100g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200g,		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2244.88 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 301.96 g; suma cukrów prostych: 66.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g; Sól: 6.61 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 357.24 mg;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2532.75 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 91.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 328.09 g; suma cukrów prostych: 83.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.39 Por; Cholesterol: 265.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2593.79 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 342 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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, sałata zielona 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.74 kcal; Białko ogółem: 94.9 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; suma cukrów prostych: 83.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; Sól: 5.39 g; WW: 29.44 Por; Cholesterol: 215.92 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2263.95 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 291.23 g; suma cukrów prostych: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 7.27 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 337.81 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1881.45 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 204.97 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g; Sól: 5.76 g; WW: 19.09 Por; Cholesterol: 323.81 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1881.45 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 204.97 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g; Sól: 5.76 g; WW: 19.09 Por; Cholesterol: 323.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: mandarynka 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2395.95 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 300.13 g; suma cukrów prostych: 49.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Sól: 7.39 g; WW: 28.31 Por; Cholesterol: 343.81 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2326.68 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 288.22 g; suma cukrów prostych: 36.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g; Sól: 8.28 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 337.26 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g,		Posiłek nocny: pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1918.52 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 258.07 g; suma cukrów prostych: 27.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Sól: 6.45 g; WW: 22.41 Por; Cholesterol: 312.16 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2335.94 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 91.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 270.83 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 5.65 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 588.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2613.14 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 94.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; suma cukrów prostych: 63.83 g; Błonnik pokarmowy: 42.99 g; Sól: 7.17 g; WW: 29.09 Por; Cholesterol: 589.22 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2272.68 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; suma cukrów prostych: 28.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; Sól: 6.83 g; WW: 24.1 Por; Cholesterol: 337.26 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 100 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2743.86 kcal; Białko ogółem: 153.82 g; Tłuszcz: 106.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 311.42 g; suma cukrów prostych: 44.25 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Sól: 7.29 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 445.84 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1939.03 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 52.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 256.54 g; suma cukrów prostych: 19.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Sól: 6.77 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 281.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2025.78 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.8 g; Węglowodany ogółem: 275.2 g; suma cukrów prostych: 20.6 g; Błonnik pokarmowy: 20.09 g; Sól: 2.76 g; WW: 25.7 Por; Cholesterol: 212.08 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2221.32 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; suma cukrów prostych: 72.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Sól: 6.35 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 287.97 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 130 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2380.41 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 317.59 g; suma cukrów prostych: 87.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.5 g; Sól: 6.7 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 371.85 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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 mięsa drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2460.64 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; suma cukrów prostych: 55.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; Sól: 6.58 g; WW: 27.95 Por; Cholesterol: 376.04 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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.: 2091.3 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 131.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 7 g; Sól: 1.83 g; WW: 11.49 Por; Cholesterol: 1058.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</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.: 2139.82 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 131.85 g; Kw.łt.nas.ogółem: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.84 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1058.51 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, SEL</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>),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2521.16 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw.łt.nas.ogółem: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; suma cukrów prostych: 87.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 371.85 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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 mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2394.05 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 294.9 g; suma cukrów prostych: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sól: 7.93 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 339.85 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL</u>), kasza gryczana na sypko 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>),		chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , papryka świeża 100 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.: 1695.01 kcal; Białko ogółem: 106.2 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 195.09 g; suma cukrów prostych: 31.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sól: 5.62 g; WW: 17.05 Por; Cholesterol: 288.44 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
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 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>),		chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , papryka świeża 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 88.67 g; Kw.łt.nas.ogółem: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 286.25 g; suma cukrów prostych: 36.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; Sól: 6.99 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 382.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2139.77 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.1 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; suma cukrów prostych: 56.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.43 g; Sól: 4.59 g; WW: 30.64 Por; Cholesterol: 191.79 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA
chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt , wafle ryżowe 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2133.18 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; suma cukrów prostych: 31.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g; Sól: 4.22 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 192.99 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA
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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/jaj 90 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g ,	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 mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2152.83 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.1 g; Węglowodany ogółem: 284.13 g; suma cukrów prostych: 43.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Sól: 6.24 g; WW: 24.96 Por; Cholesterol: 292.15 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Atopowa
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1769.85 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 258 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 1.97 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt , wafle ryżowe 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2257.38 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 85.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 288.75 g; suma cukrów prostych: 26.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; Sól: 1.26 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 274.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
					Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.5 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 287.51 g; suma cukrów prostych: 25.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; Sól: 1.63 g; WW: 27.02 Por; Cholesterol: 275.79 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 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. 5 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2298.48 kcal; Białko ogółem: 122.53 g; Tłuszcz: 106.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31 g; Węglowodany ogółem: 213.76 g; suma cukrów prostych: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 3.22 g; WW: 20.01 Por; Cholesterol: 346.27 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 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>), margaryna 10 g , pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1976.18 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 259.63 g; suma cukrów prostych: 22.12 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; Sól: 5.23 g; WW: 22.27 Por; Cholesterol: 278.49 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1983.6 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 90.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 216.85 g; suma cukrów prostych: 21.11 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Sól: 3.08 g; WW: 19.83 Por; Cholesterol: 275.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt , serek homogenizowany brzoskwinowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2174.37 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 292.38 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 6.72 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 172.13 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2025.78 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.8 g; Węglowodany ogółem: 275.2 g; suma cukrów prostych: 20.6 g; Błonnik pokarmowy: 20.09 g; Sól: 2.76 g; WW: 25.7 Por; Cholesterol: 212.08 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml -dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>),	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2333.6 kcal; Białko ogółem: 96.5 g; Tłuszcz: 71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 251.96 g; suma cukrów prostych: 32.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.3 g; Sól: 5.42 g; WW: 23 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU, SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 60 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 ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), marchewka gotowana 100 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2052.55 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 254.62 g; suma cukrów prostych: 57.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g; Sól: 7.73 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słonko ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa 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>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką ots 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), biszkopty ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3113.49 kcal; Białko ogółem: 140.89 g; Tłuszcz: 133.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 349.19 g; suma cukrów prostych: 70.2 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.2 Por; Cholesterol: 844.39 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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 25 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),				Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2395.9 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 70.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 325.3 g; suma cukrów prostych: 73.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Sól: 6.35 g; WW: 29.38 Por; Cholesterol: 345.85 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słonko ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa 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>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt ,	
				Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2878.61 kcal; Białko ogółem: 148.59 g; Tłuszcz: 141.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.6 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; suma cukrów prostych: 43.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g; Sól: 7.37 g; WW: 24.94 Por; Cholesterol: 818.89 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),		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: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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>), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>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;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	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 ,	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>),			

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;

poniedziałek 2025-01-27			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;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 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 , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2081.15 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 244 g; suma cukrów prostych: 43.9 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 3.16 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 224.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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 , waffle 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 ,		waffle 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;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>),		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: banan 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1867.94 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 265.02 g; suma cukrów prostych: 98.29 g; Błonnik pokarmowy: 51.09 g; Sól: 4.49 g; WW: 21.7 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kasza gryczana na sypko 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1005.53 kcal; Białko ogółem: 54.75 g; Tłuszcz: 28.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.46 g; Węglowodany ogółem: 135.39 g; suma cukrów prostych: 4.26 g; Błonnik pokarmowy: 10.51 g; Sól: 1.65 g; WW: 12.5 Por; Cholesterol: 270.11 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2179.94 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 271.67 g; suma cukrów prostych: 36.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; Sól: 6.39 g; WW: 25.45 Por; Cholesterol: 359.85 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 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>), ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt , serek homogenizowany brzoskwinowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2206.17 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 292.39 g; suma cukrów prostych: 63.17 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 6.94 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 179.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztecik sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 130 g (<u>SEZ</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml, pomarańcza 1 szt,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.19 kcal; Białko ogółem: 49.14 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; suma cukrów prostych: 55.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.51 g; Sól: 5.06 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 1 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1833.84 kcal; Białko ogółem: 66.96 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 232.75 g; suma cukrów prostych: 59.14 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g; Sól: 4.82 g; WW: 21.75 Por; Cholesterol: 190.18 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),		Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2308.65 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 87.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 288.28 g; suma cukrów prostych: 73.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g; Sól: 5.52 g; WW: 26.86 Por; Cholesterol: 253.28 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL</u>), kasza gryczana na sypko 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2086.39 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 225.82 g; suma cukrów prostych: 59.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g; Sól: 5.45 g; WW: 19.78 Por; Cholesterol: 578.41 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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 20 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2238.47 kcal; Białko ogółem: 101.2 g; Tłuszcz: 87.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 268.31 g; suma cukrów prostych: 30.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g; Sól: 7.49 g; WW: 23.25 Por; Cholesterol: 184.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 3 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2141.22 kcal; Białko ogółem: 78.4 g; Tłuszcz: 73.42g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 289.72 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g; Sól: 5.31 g; WW: 25.97 Por; Cholesterol: 296.26 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 140.11 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; suma cukrów prostych: 45.16 g; Błonnik pokarmowy: 45.3 g; Sól: 9.58 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 390.34 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
margaryna 15 g, Pasta z kurczaka i warzywa gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2272.04 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 313.37 g; suma cukrów prostych: 56.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.14 g; Sól: 5.91 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 556.57 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, Sos jarzynowy b/glu b/ml 150 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2587.84 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 118.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 264.37 g; suma cukrów prostych: 53.4 g; Błonnik pokarmowy: 17.71 g; Sól: 3.18 g; WW: 24.82 Por; Cholesterol: 577.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<u>GLU</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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2593.79 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 342 mg;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			

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

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 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>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	krupnik z ziemniakami ots b/mleka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane ots 200 g, ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots b/mleka 100 ml (<u>GLU</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.94 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 237.2 g; suma cukrów prostych: 30.2 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sól: 5.14 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 181.37 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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;

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2593.79 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 342 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), ryż na mleku 300 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL, _</u>), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),		papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE, _</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2735.78 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 119.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.13 g; Węglowodany ogółem: 317.97 g; suma cukrów prostych: 159.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; Sól: 4.52 g; WW: 30.2 Por; Cholesterol: 785.33 mg;

poniedziałek 2025-01-27			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 wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU, _</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), parówka 2 szt (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL, _</u>),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),				Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2343.45 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 291.23 g; suma cukrów prostych: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 7.27 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 337.81 mg;