

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 SZCZECIN		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2270.85 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 79.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; suma cukrów prostych: 44.9 g; Błonnik pokarmowy: 44.53 g; Sól: 8.15 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 206.44 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 250 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2604.34 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 88.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; suma cukrów prostych: 60.48 g; Błonnik pokarmowy: 50.38 g; Sól: 8.46 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 226.44 mg;

wtorek 2025-06-24 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>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2197.51 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.2 g; Węglowodany ogółem: 286.6 g; suma cukrów prostych: 55.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.75 g; Sól: 8 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 204.99 mg;

wtorek 2025-06-24 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>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2390.08 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 314.33 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.79 Por; Cholesterol: 308.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24		Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych			
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),		grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u> , _), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , _), sałatka z buraczków 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> , _), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u> , _),				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2705.72 kcal; Białko ogółem: 125.4 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.4 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 47.46 g; Sól: 11.63 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 235.44 mg;

wtorek 2025-06-24		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 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,	
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2390.08 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 314.33 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.79 Por; Cholesterol: 308.97 mg;

wtorek 2025-06-24		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2354.65 kcal; Białko ogółem: 99.3 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 53.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Sól: 6.71 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 208.22 mg;

wtorek 2025-06-24		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)	
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1901.25 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 73.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 226.16 g; suma cukrów prostych: 49.8 g; Błonnik pokarmowy: 20.97 g; Sól: 5.61 g; WW: 20.73 Por; Cholesterol: 227.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 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>), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1824.22 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 208.3 g; suma cukrów prostych: 56.6 g; Błonnik pokarmowy: 14.92 g; Sól: 2.96 g; WW: 19.51 Por; Cholesterol: 296.72 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374.12 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 306.5 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Sól: 4.59 g; WW: 28.86 Por; Cholesterol: 316.72 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Rukola 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2450.79 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 88.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.5 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; suma cukrów prostych: 30.93 g; Błonnik pokarmowy: 47.9 g; Sól: 5.55 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 273.3 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Rukola 10 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1759.26 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.39 g; Węglowodany ogółem: 248.47 g; suma cukrów prostych: 22.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Sól: 4.12 g; WW: 21.61 Por; Cholesterol: 145.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 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>), wędlina 50 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2092.1 kcal; Białko ogółem: 113.52 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 233.22 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; Sól: 4.27 g; WW: 20.12 Por; Cholesterol: 522.75 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2369.3 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 92.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; suma cukrów prostych: 51.91 g; Błonnik pokarmowy: 44.33 g; Sól: 5.79 g; WW: 25.28 Por; Cholesterol: 523.95 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 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. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2268.65 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 72.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 302.39 g; suma cukrów prostych: 24.28 g; Błonnik pokarmowy: 47.84 g; Sól: 6.37 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 233.59 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), udziec z kurczaka duszony 120 g , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2791.94 kcal; Białko ogółem: 147.41 g; Tłuszcz: 98.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; suma cukrów prostych: 43.18 g; Błonnik pokarmowy: 49.91 g; Sól: 7.02 g; WW: 29.69 Por; Cholesterol: 416.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE.</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB.</u> , <u>SEL.</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU.</u>), pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL.</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1817.84 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 52.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.3 g; Węglowodany ogółem: 246.94 g; suma cukrów prostych: 22.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; Sól: 7.36 g; WW: 22.86 Por; Cholesterol: 105.94 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE.</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	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>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL.</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2126.96 kcal; Białko ogółem: 56.23 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.2 g; Węglowodany ogółem: 271.83 g; suma cukrów prostych: 32.14 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g; Sól: 6.4 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 180.07 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>),) wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>),) skyr naturalny 150 g (<u>MLE.</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), herbatniki 50 g (<u>GLU.</u> , <u>SOJ.</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2267.65 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; suma cukrów prostych: 74.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; Sól: 9.49 g; WW: 32.44 Por; Cholesterol: 145.14 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB.</u> , <u>SEL.</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2059.73 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 268.01 g; suma cukrów prostych: 65.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; Sól: 9.46 g; WW: 24.6 Por; Cholesterol: 178.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2460.61 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; suma cukrów prostych: 66.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 7.99 g; WW: 28.66 Por; Cholesterol: 223.79 mg;

wtorek 2025-06-24 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 płynna 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2073.42 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 130.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 7 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.49 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papkowata 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2068.52 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 129.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 122.49 g; suma cukrów prostych: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 7.39 g; Sól: 1.73 g; WW: 11.7 Por; Cholesterol: 1038.27 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2566.57 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 98.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 318.67 g; suma cukrów prostych: 64.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; Sól: 10 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 287.11 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2439.38 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 97.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 287.81 g; suma cukrów prostych: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; Sól: 9.56 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 255.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1808.01 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 206.25 g; suma cukrów prostych: 35.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Sól: 4.36 g; WW: 18 Por; Cholesterol: 494.46 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2263.26 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 288.66 g; suma cukrów prostych: 37.11 g; Błonnik pokarmowy: 40.11 g; Sól: 6.04 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 279.42 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2121.89 kcal; Białko ogółem: 79.3 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 283.01 g; suma cukrów prostych: 53.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g; Sól: 9.62 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 141.89 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , 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 , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1929.3 kcal; Białko ogółem: 74.79 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 262.09 g; suma cukrów prostych: 38.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sól: 7.02 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 143.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1898.77 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 260.05 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g; Sól: 7.44 g; WW: 23.05 Por; Cholesterol: 176.64 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1681.04 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 247.39 g; suma cukrów prostych: 91.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.74 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.6 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1977.33 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.7 g; Węglowodany ogółem: 219.47 g; suma cukrów prostych: 32.2 g; Błonnik pokarmowy: 13.56 g; Sól: 4.49 g; WW: 20.79 Por; Cholesterol: 170.74 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2136.62 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 106.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.1 g; Węglowodany ogółem: 219.42 g; suma cukrów prostych: 32.21 g; Błonnik pokarmowy: 13.62 g; Sól: 4.12 g; WW: 20.73 Por; Cholesterol: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB, MLE</u>), pomidor 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1924.36 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 99.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 166.26 g; suma cukrów prostych: 17.19 g; Błonnik pokarmowy: 10.34 g; Sól: 2.46 g; WW: 15.7 Por; Cholesterol: 436.12 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1827.29 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.3 g; Węglowodany ogółem: 217.93 g; suma cukrów prostych: 38.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.6 g; Sól: 7.55 g; WW: 18.41 Por; Cholesterol: 422.37 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1966.62 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 109.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 179.28 g; suma cukrów prostych: 29.83 g; Błonnik pokarmowy: 14 g; Sól: 4.1 g; WW: 16.64 Por; Cholesterol: 419.67 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), hummus 130 g (<u>SEZ</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	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>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2331.1 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 105.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g; suma cukrów prostych: 44.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 7.18 g; WW: 24.77 Por; Cholesterol: 772.48 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	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>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1993.11 kcal; Białko ogółem: 49.53 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 250.69 g; suma cukrów prostych: 31.54 g; Błonnik pokarmowy: 14.86 g; Sól: 6.27 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 161.92 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3274.97 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 121.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 434.27 g; suma cukrów prostych: 137.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Sól: 6.38 g; WW: 40.32 Por; Cholesterol: 281.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2367.43 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; Sól: 9.49 g; WW: 32.46 Por; Cholesterol: 178.22 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), dynia gotowana - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kalfalior z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEL</u>), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c ots 200 g (<u>MLE</u>),

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

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 238.36 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.42 g; Sól: 1.08 g; WW: 22.65 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

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;

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;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374.67 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por: Cholesterol: 139.22 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.84 Por: Cholesterol: 211.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 811.47 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz: 30.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.25 g; Węglowodany ogółem: 83.98 g; suma cukrów prostych: 16.03 g; Błonnik pokarmowy: 9.95 g; Sól: 1.27 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 101.43 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE,</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU,</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2434.15 kcal; Białko ogółem: 104.7 g; Tłuszcz: 84.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 53.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Sól: 6.71 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 208.22 mg;

wtorek 2025-06-24 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>), hummus 130 g (<u>SEZ,</u>), ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotleć z jaj 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	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>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2331.1 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 105.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g; suma cukrów prostych: 44.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 7.18 g; WW: 24.77 Por; Cholesterol: 772.48 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ,</u>), Rukola 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g (<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 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 45.07 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 284 g; suma cukrów prostych: 55.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sól: 6.28 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR.</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2203.04 kcal; Białko ogółem: 111.2 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; suma cukrów prostych: 58.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g; Sól: 4.07 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 308.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2537.87 kcal; Białko ogółem: 115.9 g; Tłuszcz: 93.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; suma cukrów prostych: 66.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Sól: 11.36 g; WW: 28 Por; Cholesterol: 227.99 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, Rukola 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, filet z indyka gotowany 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.96 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 80.39 g; Węglowodany ogółem: 238.79 g; suma cukrów prostych: 46.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; Sól: 5.04 g; WW: 20.52 Por; Cholesterol: 353.67 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Rukola 10 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2093.64 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 104.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 198.33 g; suma cukrów prostych: 36.17 g; Błonnik pokarmowy: 11.45 g; Sól: 1.34 g; WW: 18.88 Por; Cholesterol: 502.15 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2705.72 kcal; Białko ogółem: 125.4 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.4 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 47.46 g; Sól: 11.63 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 235.44 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), margaryna sztukowa 15g 1 szt, dynia gotowana ots 100 g, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,	kapuśniak z kisz. kap. b/ml 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kaliafor gotowany - ots 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2337.19 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 90.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; suma cukrów prostych: 32.3 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 4.2 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 93.14 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),

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

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g, 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>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 100 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owoce leśne/jagoda 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2705.72 kcal; Białko ogółem: 125.4 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.4 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 47.46 g; Sól: 11.63 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 235.44 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), zupa ziemniaczana papkowata 400 g (<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: budyn o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2579.61 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 114.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 296.65 g; suma cukrów prostych: 157.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.62 g; Sól: 4.35 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 751.48 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, salata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2434.15 kcal; Białko ogółem: 104.7 g; Tłuszcz: 84.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 53.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Sól: 6.71 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 208.22 mg;