

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), roszponka 10 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2242.54 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 104.19 g; Kw.ł.nas.ogółem: 43.01 g; Węglowodany ogółem: 244.34 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 5.69 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 813.37 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), roszponka 10 g, sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2522.36 kcal; Białko ogółem: 119.3 g; Tłuszcz: 109.96 g; Kw.ł.nas.ogółem: 46.03 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; suma cukrów prostych: 75.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; Sól: 6 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 833.37 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2269.99 kcal; Białko ogółem: 106.7 g; Tłuszcz: 103.64 g; Kw.ł.nas.ogółem: 42.92 g; Węglowodany ogółem: 252.74 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Sól: 5.98 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 814.57 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2111.6 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw.ł.nas.ogółem: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 272.91 g; suma cukrów prostych: 64.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; Sól: 5.82 g; WW: 25.06 Por; Cholesterol: 566 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2496.32 kcal; Białko ogółem: 113.5 g; Tłuszcz: 85.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.52 g; Węglowodany ogółem: 334.9 g; suma cukrów prostych: 70.72 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Sól: 5.9 g; WW: 30.46 Por; Cholesterol: 812.79 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	bulka 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2202.63 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 271.35 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; Sól: 6.42 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 788.87 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2309.88 kcal; Białko ogółem: 121.19 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.93 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; suma cukrów prostych: 63.8 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Sól: 5.87 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 820.99 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), roszponka 10 g, chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jabłko 150 g,		Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1579.26 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 156.32 g; suma cukrów prostych: 37.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sól: 3.32 g; WW: 13.45 Por; Cholesterol: 717.75 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), roszponka 10 g,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jabłko 150 g,		Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1730.27 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 184.52 g; suma cukrów prostych: 41.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Sól: 3.75 g; WW: 16.11 Por; Cholesterol: 727.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), roszponka 10 g,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jablko 150 g,		Posiłek nocny: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2186.35 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.5 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; suma cukrów prostych: 53.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; Sól: 5.27 g; WW: 23.85 Por; Cholesterol: 747.09 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, roszponka 10 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2255.29 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.7 g; Węglowodany ogółem: 291.71 g; suma cukrów prostych: 51.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 9.88 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 333.42 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: roszponka 10 g,		Posiłek nocny: ogórek kiszony 100 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1862.79 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 61.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 246.61 g; suma cukrów prostych: 29.15 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 6.9 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 275.64 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 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>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, ogórek kiszony 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1861.98 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 211.54 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g; Sól: 6.87 g; WW: 18.31 Por; Cholesterol: 770.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 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>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2139.18 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 272.5 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Błonnik pokarmowy: 39.43 g; Sól: 8.39 g; WW: 23.47 Por; Cholesterol: 771.47 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: 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>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2074.51 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 274.51 g; suma cukrów prostych: 38.86 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sól: 7.54 g; WW: 23.53 Por; Cholesterol: 300.34 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2496.49 kcal; Białko ogółem: 132.53 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 327.11 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 10.16 g; WW: 28.51 Por; Cholesterol: 353.42 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2106.92 kcal; Białko ogółem: 132.23 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; suma cukrów prostych: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g; Sól: 6 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 240.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z brokulu 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.84 kcal; Białko ogółem: 50.14 g; Tłuszcz: 80 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 283.85 g; suma cukrów prostych: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Sól: 4.61 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 237.08 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2337.41 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 49.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.8 g; Węglowodany ogółem: 387.81 g; suma cukrów prostych: 62.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; Sól: 5.3 g; WW: 36.31 Por; Cholesterol: 240.76 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 100 g , marchewka gotowana 100 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>), filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>),	
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2176.94 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 279.11 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; Sól: 4.97 g; WW: 25.95 Por; Cholesterol: 330.51 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), roszponka 10 g , sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, MLE, GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2573.74 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; Tłuszcz: 112.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.78 g; Węglowodany ogółem: 289.04 g; suma cukrów prostych: 78.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 6.21 g; WW: 25.99 Por; Cholesterol: 845.37 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , pomidorowa z ryżem - dieta płynna 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),	
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2079.52 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 130.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 119.2 g; suma cukrów prostych: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 6.72 g; Sól: 2.31 g; WW: 11.39 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , pomidorowa z ryżem - dieta papkowata 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2124.92 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 130.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 130.45 g; suma cukrów prostych: 11.37 g; Błonnik pokarmowy: 7.64 g; Sól: 2.31 g; WW: 12.44 Por; Cholesterol: 1043.34 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	ziemniaki gotowane 200 g , pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2574.75 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 97.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 320.11 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Sól: 6.23 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 820.99 mg;

środa 2025-06-25 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 jaj 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2368.59 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 96.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.2 g; Węglowodany ogółem: 274.09 g; suma cukrów prostych: 30.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; Sól: 5.7 g; WW: 25.32 Por; Cholesterol: 782.59 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 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.: 1886.51 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 186.8 g; suma cukrów prostych: 35.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sól: 5.97 g; WW: 16.25 Por; Cholesterol: 827.17 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 10 g , sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, MLE, GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	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 ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2405.8 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 110.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 267.47 g; suma cukrów prostych: 33.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.88 g; Sól: 7.63 g; WW: 22.96 Por; Cholesterol: 809.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , 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 ,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2243.51 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 120.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 199.52 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 13.59 g; Sól: 2.74 g; WW: 18.84 Por; Cholesterol: 792.06 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , roszponka 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2151.85 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 96.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 228.84 g; suma cukrów prostych: 18.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.31 g; Sól: 4 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 624.3 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , 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 naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2331.41 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 108.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.3 g; Węglowodany ogółem: 239.98 g; suma cukrów prostych: 28.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 4.29 g; WW: 22.3 Por; Cholesterol: 794.16 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , ogórek kiszony 100 g , pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2083.7 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 280.54 g; suma cukrów prostych: 39.96 g; Błonnik pokarmowy: 46.51 g; Sól: 9.74 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 627 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (JAJ), surówka z selera 130 g (MLE, SEL), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (SEL),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek kiszony 100 g , pasta z soczewicy 80 g (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2252.76 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 98.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 244.09 g; suma cukrów prostych: 31.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Sól: 6.38 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 705.11 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU), chleb razowy 60 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), papryka świeża 100 g , roszponka 10 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE), sos tatarski 50 ml (JAJ, MLE, GOR),	pomidorowa z ryżem - dieta jarska 400 ml (MLE, SEL, może zawierać: GOR), Krokiety z serem i pieczarkami 300 g (GLU, JAJ, MLE), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (GLU), chleb razowy 60 g (GLU), masło 82% tł. 16.67 g (MLE), serek homogenizowany nat. 150 g (MLE), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2631.69 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 122.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 286.25 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Sól: 7.18 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 1184.42 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE), pasta z brokułu 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g (GLU, JAJ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (SEL), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (SEL),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (MLE), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 130 g (GLU), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), pasta jarzynowa 100 g (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.84 kcal; Białko ogółem: 50.14 g; Tłuszcz: 80 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 283.85 g; suma cukrów prostych: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Sól: 4.61 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 237.08 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), jogurt naturalny b/l 1 szt (MLE), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml b/glut 300 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (GLU), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml b/glut 300 ml (SEL),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.84 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 263.62 g; suma cukrów prostych: 39.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sól: 4.42 g; WW: 23.28 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> , _), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u> , _), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2019.32 kcal; Białko ogółem: 100.3 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 264.26 g; suma cukrów prostych: 49.38 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 4.9 g; WW: 23.64 Por; Cholesterol: 739.56 mg;

środa 2025-06-25 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> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</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.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> , _), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u> , _),	pomidorowa z makaronem - ots 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml (<u>MLE</u> , _), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3228.93 kcal; Białko ogółem: 155.56 g; Tłuszcz: 140.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 357.38 g; suma cukrów prostych: 70.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sól: 9.14 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 890.94 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), pasta z mięsa drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , _),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> , _), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u> , _), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , _), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> , _), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , _), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2549.39 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.3 g; Węglowodany ogółem: 388.02 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; Sól: 5.3 g; WW: 36.34 Por; Cholesterol: 311.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), pomidor 100 g,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2379.16 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; Tłuszcz: 87.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 288.69 g; suma cukrów prostych: 70.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 6.06 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 840.27 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Krokietki z serem i pieczarkami 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2631.69 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 122.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 286.25 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Sól: 7.18 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 1184.42 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, roszponka 10 g,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g, ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g, chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2033.39 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 333.88 g; suma cukrów prostych: 62.86 g; Błonnik pokarmowy: 44.75 g; Sól: 4.02 g; WW: 29.06 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1925.64 kcal; Białko ogółem: 99 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 231.46 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: 5 g; WW: 21.45 Por; Cholesterol: 565.4 mg;

środa 2025-06-25 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g, roszponka 10 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: gruszka 150 g,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2081.03 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.41 g; Węglowodany ogółem: 242.9 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Sól: 5.33 g; WW: 22.57 Por; Cholesterol: 843.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 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>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, ogórek kiszony 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1814.62 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 200.57 g; suma cukrów prostych: 55.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; Sól: 6.81 g; WW: 17.28 Por; Cholesterol: 770.27 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml jarska 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ratatouille 300 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), hummus 130 g (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: 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>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.59 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 277.39 g; suma cukrów prostych: 42.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g; Sól: 6.69 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 632.25 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2454.32 kcal; Białko ogółem: 114.4 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 331.9 g; suma cukrów prostych: 68.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sól: 5.96 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 815.79 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2417.65 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.37 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; suma cukrów prostych: 66.17 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Sól: 8.43 g; WW: 25.47 Por; Cholesterol: 815.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , pasta z brokułu 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2035.5 kcal; Białko ogółem: 87.3 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 279.82 g; suma cukrów prostych: 59.93 g; Błonnik pokarmowy: 43.59 g; Sól: 8.02 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 627.3 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), roszponka 10 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	pomidorowa z ryżem - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2246.05 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 104.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.3 g; Węglowodany ogółem: 233.11 g; suma cukrów prostych: 48.5 g; Błonnik pokarmowy: 15.33 g; Sól: 4.55 g; WW: 21.88 Por; Cholesterol: 760.36 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2454.32 kcal; Białko ogółem: 114.4 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 331.9 g; suma cukrów prostych: 68.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sól: 5.96 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 815.79 mg;

środa 2025-06-25 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;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), cukinia gotowana ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem - ots b/ml 300 ml (<u>GLU, SEL</u>), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy ots b/ml 100 ml (<u>GLU</u>),	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g (<u>GLU, JAJ</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2553.02 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 103 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; suma cukrów prostych: 45.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sól: 7.91 g; WW: 27.93 Por; Cholesterol: 738.37 mg;

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2399.88 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.72 g; Węglowodany ogółem: 290.63 g; suma cukrów prostych: 70.1 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.29 Por: Cholesterol: 832.99 mg;