

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                               | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                    |
| poniedziałek 2025-06-30      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, | chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.75 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 76.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 316.05 g; suma cukrów prostych: 41.24 g; Błonnik pokarmowy: 37 g; Sól: 13.22 g; WW: 28.2 Por; Cholesterol: 321.36 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-30      Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; suma cukrów prostych: 57.51 g; Błonnik pokarmowy: 41.17 g; Sól: 13.53 g; WW: 31.87 Por; Cholesterol: 341.36 mg;

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-30      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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2279.86 kcal; Białko ogółem: 96.6 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; Sól: 9.6 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 274.25 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-30      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |
| bułka pszenna 70g 1 szt 1 szt, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, | bułka pszenna 70g 1 szt 1 szt, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.57 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 284.9 g; suma cukrów prostych: 93.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.5 g; Sól: 2.32 g; WW: 25.44 Por; Cholesterol: 201.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g, | 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 82.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.2 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.9 Por; Cholesterol: 297.96 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 70g 1 szt 1 szt, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle z truskawkami 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bułka pszenna 70g 1 szt 1 szt, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.37 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.1 g; Węglowodany ogółem: 276.99 g; suma cukrów prostych: 81.1 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Sól: 2.09 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 244 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2448.72 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 330.87 g; suma cukrów prostych: 44.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g; Sól: 9.55 g; WW: 31.34 Por; Cholesterol: 291.85 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle z truskawkami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1767.78 kcal; Białko ogółem: 68.73 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 231.63 g; suma cukrów prostych: 82.8 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Sól: 2.66 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 224.89 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle z truskawkami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1831.68 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 233.76 g; suma cukrów prostych: 83.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Sól: 2.92 g; WW: 21.1 Por; Cholesterol: 225.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), knedle z truskawkami 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <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, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.28 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 324.42 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 4.31 g; WW: 29.74 Por; Cholesterol: 258.49 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | 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,                        |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                           | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.04 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 275.45 g; suma cukrów prostych: 32.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Sól: 5.83 g; WW: 23.81 Por; Cholesterol: 285.37 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Rukola 10 g, |
| II Śniadanie: rzodkiewka 40 g,                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: pomidor 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1901.7 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 264.41 g; suma cukrów prostych: 32.72 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sól: 5.41 g; WW: 22.75 Por; Cholesterol: 209.68 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),         | zupa z fasolki szparag. - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 10 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1832.81 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.5 g; Węglowodany ogółem: 212.69 g; suma cukrów prostych: 61.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Sól: 4.62 g; WW: 17.63 Por; Cholesterol: 581.16 mg;





Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: Papkowata |                                                                                                                                                |                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                           | papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papkowata 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),         |                                                                                                                                                | Posilek nocny: papkowata - posilek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.54 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 130.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 153.26 g; suma cukrów prostych: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 9.72 g; Sól: 1.91 g; WW: 14.6 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , | 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 , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2620.56 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 85.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 357.08 g; suma cukrów prostych: 46.23 g; Błonnik pokarmowy: 19.54 g; Sól: 8.98 g; WW: 34.06 Por; Cholesterol: 259.05 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , | 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 , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.98 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 271.82 g; suma cukrów prostych: 15.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g; Sól: 8.31 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 227.05 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 50 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , knedle z truskawkami 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 10 g , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,                            |                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1793.11 kcal; Białko ogółem: 70.3 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 231.21 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; Sól: 3.48 g; WW: 20.57 Por; Cholesterol: 500.96 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.18 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 298.63 g; suma cukrów prostych: 40.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.01 g; Sól: 13.44 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 314.86 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30      Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , seler gotowany 100 g ( <u>SEL.</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL.</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL.</u> ), cukinia gotowana 130 g , ziemniaki gotowane 200 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , ryba po grecku 200 g ( <u>RYB.</u> , <u>SEL.</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU.</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ), margaryna 10 g ,                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.1 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 267.2 g; suma cukrów prostych: 36.78 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; Sól: 8.78 g; WW: 24.64 Por; Cholesterol: 191.19 mg;

| poniedziałek 2025-06-30      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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL.</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL.</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> ), Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 10 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL.</u> ), ogórek świeży 100 g ,                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.93 kcal; Białko ogółem: 92.7 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.11 g; Węglowodany ogółem: 265.45 g; suma cukrów prostych: 21.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; Sól: 16.47 g; WW: 23.19 Por; Cholesterol: 351.64 mg;

| poniedziałek 2025-06-30      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE.</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU.</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE.</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB.</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR.</u> ),                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2239.14 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 283.65 g; suma cukrów prostych: 39.76 g; Błonnik pokarmowy: 41.08 g; Sól: 5.58 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 230.31 mg;

| poniedziałek 2025-06-30      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 , |
| <b>II Śniadanie:</b> banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                  |                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2107.5 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 101.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 221.54 g; suma cukrów prostych: 21.07 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Sól: 9.64 g; WW: 20.43 Por; Cholesterol: 289.27 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , pieczeń rzymska drobiowa b/ glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2177.36 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 112.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.79 g; Węglowodany ogółem: 214.24 g; suma cukrów prostych: 17.3 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; Sól: 13.43 g; WW: 19.82 Por; Cholesterol: 350.14 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.26 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 103.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 223.04 g; suma cukrów prostych: 21.85 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g; Sól: 9.65 g; WW: 20.57 Por; Cholesterol: 289.27 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2286.35 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.65 g; Węglowodany ogółem: 305.14 g; suma cukrów prostych: 38.88 g; Błonnik pokarmowy: 43.91 g; Sól: 19.54 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 352.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa b/ glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,<br>Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g , 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 10 g ,<br>ogórek świeży 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2113.76 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 103.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.11 g; Węglowodany ogółem: 231.23 g; suma cukrów prostych: 29.9 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Sól: 15.43 g; WW: 21.2 Por; Cholesterol: 226.19 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ),<br>szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.37 kcal; Białko ogółem: 72.03 g; Tłuszcz: 90.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; suma cukrów prostych: 46.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 7.49 g; WW: 26.05 Por; Cholesterol: 112.13 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , | chleb PKU 120 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), |
|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1929.45 kcal; Białko ogółem: 48.73 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 236.31 g; suma cukrów prostych: 15.98 g; Błonnik pokarmowy: 15.95 g; Sól: 1.55 g; WW: 22.12 Por; Cholesterol: 147.89 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ),<br>marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g ,<br>Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 240.07 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; Sól: 7.93 g; WW: 20.38 Por; Cholesterol: 784.14 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1959.82 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 45.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 174.82 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)                                 |                                                                                                         |                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                      |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                 |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                             |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                        |                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                             |

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

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                               |                                                                            |                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                        |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                              |                                                                            | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.35 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; suma cukrów prostych: 22.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                    | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),<br>pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),<br>surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 805.49 kcal; Białko ogółem: 49.01 g; Tłuszcz: 20.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 109.75 g; suma cukrów prostych: 11.43 g; Błonnik pokarmowy: 10.2 g; Sól: 1.67 g; WW: 10.11 Por; Cholesterol: 280.43 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2505.63 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.93 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; suma cukrów prostych: 58.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g; Sól: 9.4 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 296.39 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB, SEL, GOR</u> ), Rukola 10 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2102.46 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 302.85 g; suma cukrów prostych: 48.02 g; Błonnik pokarmowy: 42.1 g; Sól: 15.13 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 160.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.09 kcal; Białko ogółem: 54.55 g; Tłuszcz: 96.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 272.24 g; suma cukrów prostych: 53.06 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g; Sól: 10.32 g; WW: 23.96 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 70g 1 szt 1 szt, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bulka pszenna 70g 1 szt 1 szt, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1607.43 kcal; Białko ogółem: 72.3 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 199.05 g; suma cukrów prostych: 76.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; Sól: 1.37 g; WW: 17.78 Por; Cholesterol: 160.45 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 70g 1 szt 1 szt, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | bulka pszenna 70g 1 szt 1 szt, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 10 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1994.97 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 254.42 g; suma cukrów prostych: 91.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.7 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.86 Por; Cholesterol: 201.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                | zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,         |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.11 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 231.51 g; suma cukrów prostych: 63.2 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; Sól: 5.25 g; WW: 19.47 Por; Cholesterol: 868.61 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                         |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zapiekanka warzywna 350 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w salsie meksykańskiej 110 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 10 g, 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2072.86 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.1 g; Węglowodany ogółem: 257.9 g; suma cukrów prostych: 27.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sól: 12.77 g; WW: 21.92 Por; Cholesterol: 157.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 82.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.2 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.9 Por; Cholesterol: 297.96 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGŁOW                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                            | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2554.86 kcal; Białko ogółem: 129.39 g; Tłuszcz: 97.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.1 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; suma cukrów prostych: 59.72 g; Błonnik pokarmowy: 41.9 g; Sól: 11.85 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 345.76 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 100g 100 g, szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                                    | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.58 g; Węglowodany ogółem: 268.63 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Błonnik pokarmowy: 45.73 g; Sól: 8.63 g; WW: 22.53 Por; Cholesterol: 747.94 mg;

| poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,               | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), pieczeń rzymska drobiowa b/ glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml, Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb bezglutenowy 120 g, 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: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2367.6 kcal; Białko ogółem: 109.4 g; Tłuszcz: 121.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.53 g; Węglowodany ogółem: 215.27 g; suma cukrów prostych: 51.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g; Sól: 6.79 g; WW: 19.61 Por; Cholesterol: 861.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  |  | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, ziemniaki gotowane 200 g, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                  |  |  | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 82.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.2 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.9 Por; Cholesterol: 297.96 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                                                  |  |  | Jadłospis dla diety: niskofenyloalaninowa                               |
|--------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g, margaryna 10 g, miód 2 szt. 50 g, papryka świeża 100 g, |  |  | Gulasz warzywny niskofenyloalaninowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: jabłko 150 g,                                              |  |  | Posiłek nocny: herbatniki PKU 30 g,                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1474.19 kcal; Białko ogółem: 6.88 g; Tłuszcz: 43.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 264.01 g; suma cukrów prostych: 41.68 g; Błonnik pokarmowy: 12.97 g; Sól: 1.06 g; WW: 25.15 Por; Cholesterol: 0 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                       |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia  |
|-----------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, |  |  | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, |
|                                               |  |  | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, |

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

| poniedziałek 2025-06-30                                                                                                                                                                                                        |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  |  | krupnik z ziemniakami ots b/mleka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g, ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots b/mleka 100 ml ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                |  |  | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                |  |  | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.23 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 233.33 g; suma cukrów prostych: 30.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Sól: 5.14 g; WW: 20.77 Por; Cholesterol: 181.37 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                                                                    |  |  | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , ziemniaki gotowane 200 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 82.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.2 g; Sól: 9.61 g; WW: 35.9 Por; Cholesterol: 297.96 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      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 - dieta papkowata 400 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> ), 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.: 2714.78 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 117.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 317.97 g; suma cukrów prostych: 159.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; Sól: 4.47 g; WW: 30.2 Por; Cholesterol: 769.63 mg;

| poniedziałek 2025-06-30                      Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2538.72 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; suma cukrów prostych: 65.96 g; Błonnik pokarmowy: 20.11 g; Sól: 9.56 g; WW: 33.44 Por; Cholesterol: 291.85 mg;