



## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <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> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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> ), Herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2683.59 kcal; Białko ogółem: 110.8 g; Tłuszcz: 111.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 48.2 g; Sól: 5.69 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 332.6 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | wędlina 50 g, bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.84 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 81.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 290.54 g; suma cukrów prostych: 65.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; Sól: 4.12 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 276.99 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2394.95 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 98.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 287.65 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Sól: 5.73 g; WW: 26.18 Por; Cholesterol: 378.13 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2037.86 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 94.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.6 g; Węglowodany ogółem: 218 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; Sól: 4.85 g; WW: 19.48 Por; Cholesterol: 365.05 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1930.42 kcal; Białko ogółem: 91 g; Tłuszcz: 94.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 196.39 g; suma cukrów prostych: 60.7 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Sól: 4.23 g; WW: 17.39 Por; Cholesterol: 365.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2537.71 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 102.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 306.8 g; suma cukrów prostych: 74.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 5.98 g; WW: 28.03 Por; Cholesterol: 394.13 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,    |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2440.88 kcal; Białko ogółem: 117.7 g; Tłuszcz: 98.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.32 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; suma cukrów prostych: 48.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; Sól: 7.67 g; WW: 25.45 Por; Cholesterol: 406.62 mg;

| środa 2025-10-08 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> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: pomidor 100 g,                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL</u> ),                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1913.91 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 242.67 g; suma cukrów prostych: 31.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g; Sól: 4.7 g; WW: 21.25 Por; Cholesterol: 337 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | wędlina 100g 100 g, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 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> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2037.71 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 217.48 g; suma cukrów prostych: 62.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sól: 4.26 g; WW: 18.82 Por; Cholesterol: 358.74 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane<br>200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,<br>,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ,<br>,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), | wędlina 100g 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł.<br>16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400<br>ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy<br>200ml 200 g , kiwi 100 g ,                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2415.51 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 96.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.09 g; Węglowodany ogółem: 296.1 g; suma cukrów prostych: 66.94 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g; Sól: 5.89 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 369.02 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata<br>zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400<br>ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30<br>g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane<br>200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,<br>,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ,<br>,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło<br>82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml ,            |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola<br>20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2260.1 kcal; Białko ogółem: 114.6 g; Tłuszcz: 86.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 275.13 g; suma cukrów prostych: 35.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; Sól: 5.33 g; WW: 24.03 Por; Cholesterol: 373.54 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g<br>( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,<br>papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek<br>homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane<br>200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,<br>,), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ,<br>,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło<br>82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna<br>b/c 400 ml ,         |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ,<br>,),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola<br>20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2637.98 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 103.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 319.92 g; suma cukrów prostych: 60.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.73 g; Sól: 7.95 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 426.62 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane<br>200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,<br>,), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml<br>( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ,<br>,), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł.<br>5 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt.<br>150 g ( <u>MLE</u> ),                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.67 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 274.4 g; suma cukrów prostych: 21.3 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Sól: 8.05 g; WW: 25.21 Por; Cholesterol: 241.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2201.99 kcal; Białko ogółem: 50.42 g; Tłuszcz: 89.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 300.03 g; suma cukrów prostych: 32.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g; Sól: 6.62 g; WW: 28.2 Por; Cholesterol: 255.67 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2334 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.09 g; Węglowodany ogółem: 375.7 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; Sól: 4.85 g; WW: 34.04 Por; Cholesterol: 229.5 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g ,                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2536.2 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; suma cukrów prostych: 79 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 402.96 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.63 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 111.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.28 g; Węglowodany ogółem: 291.06 g; suma cukrów prostych: 65.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.02 Por; Cholesterol: 360.04 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona          |                                                                                                        |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                        | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Papkowata                     |                                                                                                                 |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                                 | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 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> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g ,                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2607.24 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; suma cukrów prostych: 79.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g; Sól: 4.85 g; WW: 33.01 Por; Cholesterol: 344.18 mg;

| środa 2025-10-08 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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 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> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2382.94 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; suma cukrów prostych: 33.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; Sól: 9.61 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 312.18 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | wędlina 50 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1830.99 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 221.97 g; suma cukrów prostych: 50.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sól: 4.23 g; WW: 19.27 Por; Cholesterol: 304.94 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,  |
|                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2401.79 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 97.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 293.54 g; suma cukrów prostych: 52.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; Sól: 5.49 g; WW: 25.9 Por; Cholesterol: 418.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Ciastka bezglutenowe 50 g , Mus z jabłek z/c 150 g ,                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2078.28 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; Sól: 4.22 g; WW: 25.9 Por; Cholesterol: 209.6 mg;

| środa 2025-10-08 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 , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g ,                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.35 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 275.41 g; suma cukrów prostych: 23.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; Sól: 4.54 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 211.1 mg;

| środa 2025-10-08 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> ), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 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> ), miód 2 szt. 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g ,                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2409.18 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 91.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; suma cukrów prostych: 36.5 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; Sól: 5 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 355.42 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , | wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2050.44 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.75 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Ciastka bezglutenowe 50 g ,                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2087.22 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 104.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 213.46 g; suma cukrów prostych: 19.88 g; Błonnik pokarmowy: 9.97 g; Sól: 1.31 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 347.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,            |
|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.75 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 100.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.54 g; Węglowodany ogółem: 236.77 g; suma cukrów prostych: 17.34 g; Błonnik pokarmowy: 10.97 g; Sól: 1.41 g; WW: 22.74 Por; Cholesterol: 209.6 mg;

| środa 2025-10-08 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> ), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,         |
| <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> ), Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2264.85 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 118.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 203.37 g; suma cukrów prostych: 23.48 g; Błonnik pokarmowy: 13.97 g; Sól: 1.66 g; WW: 19.14 Por; Cholesterol: 384.02 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,            |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1979.92 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 247.18 g; suma cukrów prostych: 35.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sól: 7.16 g; WW: 21.29 Por; Cholesterol: 212.3 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                           |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,              |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.8 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 97.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 212.66 g; suma cukrów prostych: 27.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.57 g; Sól: 3.71 g; WW: 19.95 Por; Cholesterol: 209.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                      | Jadłospis dla diety: Dna moczanowa |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z brokula 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), |                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,                                               |                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.07 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 123.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.37 g; Węglowodany ogółem: 309.47 g; suma cukrów prostych: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g; Sól: 4.92 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 252.12 mg;

| środa 2025-10-08                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |                                    |
|                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                      |                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.74 kcal; Białko ogółem: 48.58 g; Tłuszcz: 83.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.6 g; Węglowodany ogółem: 277.11 g; suma cukrów prostych: 31.93 g; Błonnik pokarmowy: 19.49 g; Sól: 6.52 g; WW: 25.96 Por; Cholesterol: 255.67 mg;

| środa 2025-10-08                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <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> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |                                                   |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                |                                                   |

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

| środa 2025-10-08                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                                                                                        | pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |                                                   |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,                                                                                                |                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.07 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 264.85 g; suma cukrów prostych: 49.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 4.91 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 746.41 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Biegunkowa                                                                                                                   |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,                                  | zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                            |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> , ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), kalamari gotowany ots 100 g , parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , | rosół z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> , ), udko z kurczaka duszone z/k z/s ots 200 g , marchew z groszkiem ots 150 g ( <u>GLU</u> , ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. ots 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> , ), rodzyнки ots 25 g ,                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2932.26 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 136.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 333.03 g; suma cukrów prostych: 88.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; Sól: 5.77 g; WW: 30.17 Por; Cholesterol: 330.38 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), |
|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426.03 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 355.03 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.8 g; Sól: 4.41 g; WW: 32.11 Por; Cholesterol: 312.18 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> , ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), kalamari gotowany ots 100 g , kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , | rosół z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> , ), udko z kurczaka duszone z/k z/s ots 200 g , brokuł gotowany ots 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2898.63 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 151.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 264.32 g; suma cukrów prostych: 48.8 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sól: 4.15 g; WW: 23.73 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                       |                                                                                                  |                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)                                        |                                                                                                         |                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                             |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                        |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | 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 , | 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> ), |

**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;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                    |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), 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> ),                                                                                        |                                                                                                                                         | Posilek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                            |                                                                  |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</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> ),                                                    |                                                                  | Posilek 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.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

| środa 2025-10-08 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-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka 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> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.24 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 272.71 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 3.83 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 227.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.02 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.7 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                             | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1117.08 kcal; Białko ogółem: 58.41 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.7 g; Węglowodany ogółem: 107.84 g; suma cukrów prostych: 16.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.49 g; Sól: 1.01 g; WW: 9.59 Por; Cholesterol: 190.83 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: jabłko 150 g ,                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.45 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 100.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Sól: 5.73 g; WW: 26.15 Por; Cholesterol: 378.13 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotleć z brokuła 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), Rukola 20 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.07 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 123.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.37 g; Węglowodany ogółem: 309.47 g; suma cukrów prostych: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g; Sól: 4.92 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 252.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Kotlety sojowe (pieczone) 100 g ( <u>SOJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1980.42 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw.łł.nas.ogółem: 51.63 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; suma cukrów prostych: 59.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Sól: 4.22 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2165.45 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 100.31 g; Kw.łł.nas.ogółem: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 241.97 g; suma cukrów prostych: 62.4 g; Błonnik pokarmowy: 17.67 g; Sól: 4.51 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 329.76 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1939.53 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw.łł.nas.ogółem: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 237.7 g; suma cukrów prostych: 62.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g; Sól: 4.63 g; WW: 22.18 Por; Cholesterol: 295.54 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | wędlina 100g 100 g, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 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> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2090.95 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 94.79 g; Kw.łł.nas.ogółem: 49.72 g; Węglowodany ogółem: 224.17 g; suma cukrów prostych: 62.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; Sól: 4.31 g; WW: 19.47 Por; Cholesterol: 367.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlety sojowe (pieczone) 100 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g ,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.89 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 96.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 280.6 g; suma cukrów prostych: 35.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g; Sól: 4.59 g; WW: 24.62 Por; Cholesterol: 168.07 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2794.66 kcal; Białko ogółem: 119.06 g; Tłuszcz: 108.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 345.46 g; suma cukrów prostych: 73.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sól: 8.92 g; WW: 30.99 Por; Cholesterol: 378.13 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | pasta z mięsa drob. 100 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2449.8 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 101.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; suma cukrów prostych: 55.86 g; Błonnik pokarmowy: 41.77 g; Sól: 10.77 g; WW: 24.89 Por; Cholesterol: 415.18 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sok pomidorowy 300 ml , | jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,                                                             |                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , Rukola 20 g ,                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1988.32 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 254.5 g; suma cukrów prostych: 59.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.24 g; Sól: 6.95 g; WW: 21.63 Por; Cholesterol: 736.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | wędlina 50 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2314.28 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 120.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 220.2 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.36 g; Sól: 1.84 g; WW: 20.58 Por; Cholesterol: 346.12 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2752.66 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 110.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Błonnik pokarmowy: 51.8 g; Sól: 8.94 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 379.33 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalafior gotowany ots 100 g , parówka ots 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | rosół z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g , udko z kurczaka duszone z/k z/s ots 200 g , marchew z groszkiem ots 150 g ( <u>GLU</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. ots 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.79 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz: 111.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 285.36 g; suma cukrów prostych: 72.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; Sól: 4.75 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 248.43 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                       |                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),   | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</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.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2683.59 kcal; Białko ogółem: 110.8 g; Tłuszcz: 111.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 48.2 g; Sól: 5.69 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 332.6 mg;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                          |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| paperkowata- 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, | paperkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzynny 300 ml ( <u>SEL</u> ), zupa ziemniaczana - dieta paperkowata 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | paperkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,                                               |                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jabłko 150 g,                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474.45 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 100.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 287.65 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Sól: 5.73 g; WW: 26.18 Por; Cholesterol: 378.13 mg;