

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2026-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2180.1 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.66 g; Sól: 11.03 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 353.19 mg;

<b>środa 2026-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Rukola 20 g,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2461.42 kcal; Białko ogółem: 106.2 g; Tłuszcz: 96.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 310.83 g; suma cukrów prostych: 66.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.09 g; Sól: 11.34 g; WW: 27.12 Por; Cholesterol: 373.19 mg;

<b>środa 2026-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	papryka świeża 100 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2320.84 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.9 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; suma cukrów prostych: 89.33 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Sól: 10.75 g; WW: 27.18 Por; Cholesterol: 277.59 mg;

<b>środa 2026-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.11 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 82.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; suma cukrów prostych: 94.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Sól: 6.32 g; WW: 30.38 Por; Cholesterol: 278.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ), wafle ryżowe 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2621.61 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; suma cukrów prostych: 94.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Sól: 6.32 g; WW: 34.23 Por; Cholesterol: 278.99 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.15 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; suma cukrów prostych: 62.61 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.64 Por; Cholesterol: 314.46 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1814.46 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 209.73 g; suma cukrów prostych: 88.77 g; Błonnik pokarmowy: 15.44 g; Sól: 4.71 g; WW: 19.58 Por; Cholesterol: 279.58 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1972.46 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 240.18 g; suma cukrów prostych: 90.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Sól: 4.89 g; WW: 22.44 Por; Cholesterol: 288.66 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2522.36 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; suma cukrów prostych: 103.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 6.52 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 308.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.85 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 304.93 g; suma cukrów prostych: 54.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.56 g; Sól: 10.97 g; WW: 26.69 Por; Cholesterol: 288.56 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.69 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 90.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.6 g; Węglowodany ogółem: 225.61 g; suma cukrów prostych: 56.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Sól: 6.27 g; WW: 19.86 Por; Cholesterol: 587.14 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2361.89 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 286.57 g; suma cukrów prostych: 60.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.37 g; Sól: 7.79 g; WW: 25.02 Por; Cholesterol: 588.34 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2180.07 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; suma cukrów prostych: 41.6 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 8.63 g; WW: 25.27 Por; Cholesterol: 255.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2601.15 kcal; Białko ogółem: 124.33 g; Tłuszcz: 92.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 337.97 g; suma cukrów prostych: 66.8 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 11.25 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 308.56 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2031.76 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.2 g; Węglowodany ogółem: 288.92 g; suma cukrów prostych: 48.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; Sól: 9.04 g; WW: 26.25 Por; Cholesterol: 215.58 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb PKU 120 g, pietruszka gotowana 100 g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml.b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.79 kcal; Białko ogółem: 54.12 g; Tłuszcz: 83.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 280.54 g; suma cukrów prostych: 40.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sól: 3.84 g; WW: 26.08 Por; Cholesterol: 227.35 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), wafle ryżowe 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.22 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; suma cukrów prostych: 90.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Sól: 8.51 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 215.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ),			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), wafle ryżowe 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2591.15 kcal; Białko ogółem: 119 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 354.9 g; suma cukrów prostych: 71.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; Sól: 8.9 g; WW: 32.63 Por; Cholesterol: 293.46 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane 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> ), paszтет zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), Rukola 20 g,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 130 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2510.4 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 38.73 g; Sól: 11.55 g; WW: 27.33 Por; Cholesterol: 385.19 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta płynna 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.: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 130.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 123.71 g; suma cukrów prostych: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 7.63 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, szpinakowa z ziemniakami - 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.: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 130.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 134.96 g; suma cukrów prostych: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2656.67 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 97.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; suma cukrów prostych: 71.3 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 9.23 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 377.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2539.98 kcal; Białko ogółem: 114.86 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 313.27 g; suma cukrów prostych: 48.8 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Sól: 9.03 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 357.46 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1897.56 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.5 g; Węglowodany ogółem: 217.23 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g; Sól: 5.86 g; WW: 18.93 Por; Cholesterol: 275.56 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.82 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 104.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 38.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 9.54 g; WW: 25.35 Por; Cholesterol: 367.49 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.66 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.54 g; Węglowodany ogółem: 298.4 g; suma cukrów prostych: 51.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.8 g; Sól: 6.9 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 226.15 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 130 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.36 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 90.61 g; Kw.łt.nas.ogółem: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 263.46 g; suma cukrów prostych: 24.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Sól: 6.74 g; WW: 22.88 Por; Cholesterol: 222.41 mg;

środa 2026-03-18 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> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca b/jaj 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.81 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kw.łt.nas.ogółem: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; suma cukrów prostych: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sól: 8.34 g; WW: 26.86 Por; Cholesterol: 249.46 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g,	Brokółowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1695.92 kcal; Białko ogółem: 66.74 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; Sól: 2.66 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 166.85 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2209.11 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 109.42 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 215.48 g; suma cukrów prostych: 25.69 g; Błonnik pokarmowy: 13.4 g; Sól: 4.84 g; WW: 20.28 Por; Cholesterol: 284.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 10 g , sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2307.75 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 117.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.32 g; Węglowodany ogółem: 212.49 g; suma cukrów prostych: 18.13 g; Błonnik pokarmowy: 13.4 g; Sól: 3.79 g; WW: 19.93 Por; Cholesterol: 351.75 mg;

środa 2026-03-18		
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> ), wędlna 50 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.32 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 120.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 224.83 g; suma cukrów prostych: 31.96 g; Błonnik pokarmowy: 13.4 g; Sól: 5.44 g; WW: 21.2 Por; Cholesterol: 409.86 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlna 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 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 10 g , sałata zielona 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2369.11 kcal; Białko ogółem: 125.68 g; Tłuszcz: 94.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.4 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; suma cukrów prostych: 39.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.54 g; Sól: 9.67 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 354.45 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlna 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.14 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 106.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.41 g; Węglowodany ogółem: 229.51 g; suma cukrów prostych: 30.73 g; Błonnik pokarmowy: 17 g; Sól: 5.77 g; WW: 21.31 Por; Cholesterol: 226.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), melon 150 g, ogórek kiszony 100 g,		zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Kottlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 130 g,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,	
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.02 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 305.07 g; suma cukrów prostych: 55.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.72 g; Sól: 10.87 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 744.15 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb PKU 120 g, pietruszka gotowana 100 g,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), 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.: 2010.19 kcal; Białko ogółem: 51.33 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 271.98 g; suma cukrów prostych: 33.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sól: 3.6 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 215.35 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 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> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1887.49 kcal; Białko ogółem: 86 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 240.73 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g; Sól: 7.82 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.3 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</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> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.1 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sól: 3.05 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko - OTS 200 g, filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem - ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3296.58 kcal; Białko ogółem: 157.74 g; Tłuszcz: 141.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.23 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; suma cukrów prostych: 70.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 9.33 g; WW: 34.43 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.76 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 273.66 g; suma cukrów prostych: 54.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sól: 6.36 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 273.46 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko - ots 200 g, filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem - ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3236.19 kcal; Białko ogółem: 158.06 g; Tłuszcz: 142.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.51 g; Węglowodany ogółem: 354.45 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 841.8 kcal; Białko ogółem: 49.17 g; Tłuszcz: 28.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.48 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;					

środa 2026-03-18			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> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml,			
<b>Wartości odżywcze:</b> 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 2026-03-18			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> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> 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 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g,	Herbata czarna b/c 250 ml, chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g, bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;					

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g, margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, ogórek świeży 150g 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	ziemniaki gotowane 200 g, woda n/g 0,5L 1 szt, kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g,	wafle ryżowe 40 g, margaryna 30 g, ogórek świeży 150g 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml,			
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;					

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

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

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1188.01 kcal; Białko ogółem: 50.05 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.48 g; Węglowodany ogółem: 116.28 g; suma cukrów prostych: 14.43 g; Błonnik pokarmowy: 12.54 g; Sól: 1.87 g; WW: 10.44 Por; Cholesterol: 258.87 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.15 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 303.16 g; suma cukrów prostych: 64.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; Sól: 8.76 g; WW: 28.14 Por; Cholesterol: 305.46 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 130 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.3 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.2 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; suma cukrów prostych: 51.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g; Sól: 9.08 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 744.15 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, papryka świeża 100 g,
		Posiłek nocny: melon 150 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.71 kcal; Białko ogółem: 61.11 g; Tłuszcz: 85.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; suma cukrów prostych: 64.92 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 9.06 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			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> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1685.52 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 201.84 g; suma cukrów prostych: 85.18 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 4.34 g; WW: 18.75 Por; Cholesterol: 220.77 mg;

środa 2026-03-18			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> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: koktajl bananowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1894.82 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 237.89 g; suma cukrów prostych: 91.27 g; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; Sól: 4.61 g; WW: 22.18 Por; Cholesterol: 237.05 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1926.69 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 195.16 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 6.1 g; WW: 17 Por; Cholesterol: 578.06 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2183.7 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 73.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; suma cukrów prostych: 57.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.38 g; Sól: 11.13 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 128.68 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2110.89 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 263.4 g; suma cukrów prostych: 52.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Sól: 5.56 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 475.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,		szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, melon 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2357.55 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 119.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 219.64 g; suma cukrów prostych: 50.09 g; Błonnik pokarmowy: 13.41 g; Sól: 3.86 g; WW: 20.76 Por; Cholesterol: 583.74 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Ściśła 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 2026-03-18			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS			
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		pomidorowa z makaronem - ots B/ML 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko - OTS 200 g, filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g, warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy ots B/ML 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokułem - ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,		
				Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.78 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 111.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 47.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Sól: 8.57 g; WW: 29.21 Por; Cholesterol: 765.45 mg;

środa 2026-03-18			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;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach			
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2180.1 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.66 g; Sól: 11.03 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 353.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</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.: 2106.28 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 85.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 262.35 g; suma cukrów prostych: 139.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.74 g; Sól: 4.08 g; WW: 24.71 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

środa 2026-03-18			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ziemniakami - 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> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2515.15 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 85.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; suma cukrów prostych: 68.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Sól: 6.79 g; WW: 30.54 Por; Cholesterol: 326.46 mg;