

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-19</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <i>może zawierać: GOR</i> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.15 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 267.9 g; suma cukrów prostych: 33.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; Sól: 6 g; WW: 22.85 Por; Cholesterol: 256.19 mg;

<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <i>może zawierać: GOR</i> ), ziemniaki gotowane 250 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2534.07 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.2 g; Węglowodany ogółem: 313.27 g; suma cukrów prostych: 49.03 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 276.19 mg;

<b>czwartek 2026-03-19</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: GOR</i> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2207.13 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 248.39 g; suma cukrów prostych: 43.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Sól: 6.03 g; WW: 21.43 Por; Cholesterol: 252.74 mg;

<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <i>może zawierać: GOR</i> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2354.62 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 292.57 g; suma cukrów prostych: 40.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 5.57 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 255.59 mg;

<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca</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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <i>może zawierać: GOR</i> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.12 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Sól: 5.57 g; WW: 28.22 Por; Cholesterol: 255.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2250.16 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.44 g; Węglowodany ogółem: 282.41 g; suma cukrów prostych: 47.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 284.02 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 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> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 50 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1613.69 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 162.78 g; suma cukrów prostych: 62.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; Sól: 4.03 g; WW: 14.86 Por; Cholesterol: 253.26 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 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> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1792.93 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 192.31 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g; Sól: 6.54 g; WW: 17.56 Por; Cholesterol: 263.02 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2334.43 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 283.02 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.12 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.53 g; Węglowodany ogółem: 248.01 g; suma cukrów prostych: 37.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 7.19 g; WW: 21.32 Por; Cholesterol: 301.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200g, gruszka 150g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2321.15 kcal; Białko ogółem: 125.53 g; Tłuszcz: 101.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.24 g; Węglowodany ogółem: 252.83 g; suma cukrów prostych: 57.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 5.6 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 337.84 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200g, gruszka 150g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2598.35 kcal; Białko ogółem: 133.93 g; Tłuszcz: 103.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.6 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; suma cukrów prostych: 61.12 g; Błonnik pokarmowy: 48.72 g; Sól: 7.12 g; WW: 26.69 Por; Cholesterol: 339.04 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), 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. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2188.79 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; suma cukrów prostych: 28.8 g; Błonnik pokarmowy: 44.62 g; Sól: 4.87 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 238.01 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50g,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.99 kcal; Białko ogółem: 146.63 g; Tłuszcz: 92.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.09 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; suma cukrów prostych: 49.53 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sól: 7.73 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 326.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 150 g , cukinia gotowana 130 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1989.79 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; suma cukrów prostych: 32.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; Sól: 9.75 g; WW: 25.67 Por; Cholesterol: 153.53 mg;

czwartek 2026-03-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa</span>		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 100 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1962.15 kcal; Białko ogółem: 54.75 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 254.74 g; suma cukrów prostych: 22.24 g; Błonnik pokarmowy: 14.75 g; Sól: 6.05 g; WW: 24.08 Por; Cholesterol: 190.19 mg;

czwartek 2026-03-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 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> ), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2225.62 kcal; Białko ogółem: 102.8 g; Tłuszcz: 51.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; suma cukrów prostych: 51.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sól: 9.81 g; WW: 33.59 Por; Cholesterol: 196.74 mg;

czwartek 2026-03-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</span>		
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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ),
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2443.59 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; suma cukrów prostych: 52.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; Sól: 8.55 g; WW: 32.4 Por; Cholesterol: 287.02 mg;

czwartek 2026-03-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</span>		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2572.55 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 303.16 g; suma cukrów prostych: 45.46 g; Błonnik pokarmowy: 42.39 g; Sól: 6.28 g; WW: 26.32 Por; Cholesterol: 276.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - 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.: 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;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta papkowata 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), papkowata - obiad 650 ml ,	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;

czwartek 2026-03-19 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, _</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2573.88 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 363.23 g; suma cukrów prostych: 54.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; Sól: 8.57 g; WW: 34.45 Por; Cholesterol: 275.02 mg;

czwartek 2026-03-19 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.69 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 284.01 g; suma cukrów prostych: 30.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; Sól: 9.22 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 243.02 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU, _</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1793.23 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 202.12 g; suma cukrów prostych: 21.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; Sól: 8.73 g; WW: 17.27 Por; Cholesterol: 202.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2312.47 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 98.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 265.93 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 45.11 g; Sól: 6.53 g; WW: 22.32 Por; Cholesterol: 304.59 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g , margaryna 10 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2082.71 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.12 g; Węglowodany ogółem: 281.36 g; suma cukrów prostych: 35.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.43 g; Sól: 8.18 g; WW: 26.5 Por; Cholesterol: 145.74 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , gruszka 150 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 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> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2159.2 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 83.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.09 g; Węglowodany ogółem: 277.15 g; suma cukrów prostych: 28.6 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; Sól: 8.69 g; WW: 24.1 Por; Cholesterol: 147.24 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2248.79 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 274.46 g; suma cukrów prostych: 31.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Sól: 5.69 g; WW: 23.53 Por; Cholesterol: 274.29 mg;

czwartek 2026-03-19			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) 90 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.97 kcal; Białko ogółem: 61.34 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 1.79 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 127.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , wędlina 50 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.65 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 98.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 238.5 g; suma cukrów prostych: 26.94 g; Błonnik pokarmowy: 11.86 g; Sól: 2.29 g; WW: 22.86 Por; Cholesterol: 253.44 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pomidor 100 g , wędlina 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.9 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 103.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.7 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; suma cukrów prostych: 16.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.9 g; Sól: 5.56 g; WW: 21.56 Por; Cholesterol: 145.74 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.47 kcal; Białko ogółem: 127.97 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 189.8 g; suma cukrów prostych: 18.93 g; Błonnik pokarmowy: 11.41 g; Sól: 2.27 g; WW: 17.98 Por; Cholesterol: 254.46 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , pomidor 100 g , sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.49 kcal; Białko ogółem: 102 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.19 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; suma cukrów prostych: 32.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g; Sól: 10.73 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 148.44 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.86 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 100.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.68 g; Węglowodany ogółem: 188.19 g; suma cukrów prostych: 23.49 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g; Sól: 6.62 g; WW: 17.44 Por; Cholesterol: 423.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), sos serowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.26 kcal; Białko ogółem: 75.8 g; Tłuszcz: 110.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 264.82 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.9 g; Sól: 7.34 g; WW: 22.51 Por; Cholesterol: 249.44 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g , masło 82% tł. 20g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 100g , cukinia gotowana 130g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200g ,	chleb PKU 120g , masło 82% tł. 20g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30g , masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1989 kcal; Białko ogółem: 54.3 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 267.67 g; suma cukrów prostych: 23.79 g; Błonnik pokarmowy: 15.06 g; Sól: 6.09 g; WW: 25.37 Por; Cholesterol: 196.46 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150g , 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 200g , pulpet drobiowy gotowany 90g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100g , cukinia gotowana 100g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 79g; Tłuszcz: 47.82g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.37g; Węglowodany ogółem: 268.29g; suma cukrów prostych: 39.41g; Błonnik pokarmowy: 32.75g; Sól: 7.13g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jabłko pieczone 150g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g , Potrawka drobiowa 200g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100g , sałata zielona 8g 8g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.26 kcal; Białko ogółem: 95.15g; Tłuszcz: 69.28g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71g; Węglowodany ogółem: 261.94g; suma cukrów prostych: 51.99g; Błonnik pokarmowy: 32.39g; Sól: 5.04g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 766.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			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, 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;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g , ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem OTS 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajko gotowane OTS 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt OTS 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, S02, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3316.96 kcal; Białko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 134.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.77 Por; Cholesterol: 629.64 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.06 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 297.57 g; suma cukrów prostych: 48.18 g; Błonnik pokarmowy: 18 g; Sól: 7.82 g; WW: 28.26 Por; Cholesterol: 252.02 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , pulpet drobiowy gotowany OTS 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kalfior gotowany z olejem - 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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2913.57 kcal; Białko ogółem: 173.19 g; Tłuszcz: 141.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 260.15 g; suma cukrów prostych: 43.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sól: 8.5 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 978.47 mg;

czwartek 2026-03-19			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 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 820.8 kcal; Białko ogółem: 44.55 g; Tłuszcz: 28.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.27 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.52 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Ścisła 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.łt.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;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.łt.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;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
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> ),	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 ,	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> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.łt.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;

czwartek 2026-03-19 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 ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.łt.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;

czwartek 2026-03-19 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> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.łt.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;

czwartek 2026-03-19 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 jarska 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> ), 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 30g 30 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.76 kcal; Białko ogółem: 74.31 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw.łt.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.16 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.27 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			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;

czwartek 2026-03-19			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, MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.22 kcal; Białko ogółem: 78.1 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 250 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 947.19 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz: 27.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.79 g; Węglowodany ogółem: 112.75 g; suma cukrów prostych: 12.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.03 g; Sól: 1.25 g; WW: 9.72 Por; Cholesterol: 141.12 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2329.66 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 79.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.44 g; Węglowodany ogółem: 282.41 g; suma cukrów prostych: 47.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 284.02 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), faszerowana papryka 2 szt. 500 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), sos serowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.28 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 130.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 276.3 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 45.01 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.41 Por; Cholesterol: 321.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), spaghetti z tofu 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, cukinia gotowana 130g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml, gruszka 150g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2151.98 kcal; Białko ogółem: 52.25 g; Tłuszcz: 84.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 315.94 g; suma cukrów prostych: 68.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.84 g; Sól: 9.56 g; WW: 27.49 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50g,			
II Śniadanie: gruszka 150g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1911.56 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 207.32 g; suma cukrów prostych: 36.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.52 g; Sól: 4.37 g; WW: 19.28 Por; Cholesterol: 240.58 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50g,			
II Śniadanie: gruszka 150g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2354.62 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 292.57 g; suma cukrów prostych: 40.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Sól: 5.57 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 255.59 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g, sok owocowy 200ml 200g, gruszka 150g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.69 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.97 g; Węglowodany ogółem: 198.06 g; suma cukrów prostych: 55.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sól: 5.16 g; WW: 17.02 Por; Cholesterol: 323.43 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), spaghetti z makaronem pełnoziarnistym tofu 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), mizeria 130g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g, sałatka z kaszą (vegan) 250g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2155.13 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 289.27 g; suma cukrów prostych: 38.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.7 g; Sól: 5.97 g; WW: 25.2 Por; Cholesterol: 156 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g, cukinia gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatką jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), 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> ), papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.99 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; suma cukrów prostych: 56.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g; Sól: 9.36 g; WW: 22.87 Por; Cholesterol: 424.12 mg;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatką jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2479.31 kcal; Białko ogółem: 118.4 g; Tłuszcz: 127.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 234.34 g; suma cukrów prostych: 49.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.03 g; Sól: 3.01 g; WW: 21.94 Por; Cholesterol: 319.69 mg;

czwartek 2026-03-19			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;

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane OTS 100 g, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	brokułowa z ziemniakami OTS b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jablek z/c 200 ml, sos koperkowy ots b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g, kalafior gotowany - ots 150 g,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane OTS 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny ots 300 ml ( <u>SEL</u> ), chrupki kukurydziane ots 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2170.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 81.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 263.42 g; suma cukrów prostych: 34.8 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; Sól: 7.01 g; WW: 22.98 Por; Cholesterol: 1045.81 mg;

czwartek 2026-03-19			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

czwartek 2026-03-19			Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,	fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.15 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 267.9 g; suma cukrów prostych: 33.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; Sól: 6 g; WW: 22.85 Por; Cholesterol: 256.19 mg;

czwartek 2026-03-19			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> ), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>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.: 2086.19 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 258.71 g; suma cukrów prostych: 139.68 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g; Sól: 4.08 g; WW: 24.4 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

czwartek 2026-03-19			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. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.48 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 85.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 282.45 g; suma cukrów prostych: 47.4 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 300.53 mg;