

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), | pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: banan 200 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2388 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 95.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.7 g; Sól: 7.66 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 379.98 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), | pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 10 g, |
| | | Posiłek nocny: banan 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2529.85 kcal; Białko ogółem: 116.16 g; Tłuszcz: 100.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 307.96 g; suma cukrów prostych: 75.12 g; Błonnik pokarmowy: 45.69 g; Sól: 7.43 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 399.98 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 10 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: banan 200 g, drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2328.07 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 283.89 g; suma cukrów prostych: 80.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 6.43 g; WW: 24.97 Por; Cholesterol: 329.09 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g, bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2531.42 kcal; Białko ogółem: 131.06 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; suma cukrów prostych: 65.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Sól: 5.74 g; WW: 30.03 Por; Cholesterol: 431.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | wędlina 50 g , bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2308.18 kcal; Bialko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 291.68 g; suma cukrów prostych: 70.17 g; Błonnik pokarmowy: 38 g; Sól: 5.51 g; WW: 25.53 Por; Cholesterol: 396.18 mg;

| środa 2026-03-25 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> ,), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), serek do smarowania 80 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 1 szt. 25 g , |
| | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2426.38 kcal; Bialko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 79.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 5.32 g; WW: 30.3 Por; Cholesterol: 416.77 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat) | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u> ,), | koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 100 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1976.76 kcal; Bialko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 74.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 229.58 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; Sól: 4.47 g; WW: 21.21 Por; Cholesterol: 402.21 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat) | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,), serek do smarowania 80 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1965.45 kcal; Bialko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 75.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 223.87 g; suma cukrów prostych: 64.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.3 g; Sól: 3.96 g; WW: 20.63 Por; Cholesterol: 411.97 mg;

| środa 2026-03-25 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> ,), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), serek do smarowania 80 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2506.95 kcal; Bialko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; Sól: 5.6 g; WW: 30.34 Por; Cholesterol: 431.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , | wędlina 100 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 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. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2579.36 kcal; Białko ogółem: 159.89 g; Tłuszcz: 104.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 277.11 g; suma cukrów prostych: 44.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; Sól: 9.51 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 513.89 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat) | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2238.29 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 96.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.24 g; Węglowodany ogółem: 234.63 g; suma cukrów prostych: 52.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g; Sól: 5.38 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 441.08 mg;

| środa 2026-03-25 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>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2515.49 kcal; Białko ogółem: 132.55 g; Tłuszcz: 98.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.6 g; Węglowodany ogółem: 295.59 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.56 g; Sól: 6.9 g; WW: 25.27 Por; Cholesterol: 442.28 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł. | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 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. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2280.04 kcal; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; suma cukrów prostych: 31.58 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Sól: 7.38 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 339.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: 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. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2690.88 kcal; Białko ogółem: 144.06 g; Tłuszcz: 98.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.61 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.07 g; Sól: 8.26 g; WW: 29.79 Por; Cholesterol: 392.98 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<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 , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | wędlina 100 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1934.25 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 272.26 g; suma cukrów prostych: 28.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Sól: 8.32 g; WW: 25.02 Por; Cholesterol: 229.57 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2096.39 kcal; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; suma cukrów prostych: 30.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 6.61 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 211.59 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2237.99 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; suma cukrów prostych: 48.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.5 g; Sól: 5.84 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 225.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2623.21 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 369.73 g; suma cukrów prostych: 58.5 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g; Sól: 5.72 g; WW: 34.99 Por; Cholesterol: 354.87 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), serek do smarowania smakowy 80 g , | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), | wędlina 50 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>), ogórek kiszony 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2697.23 kcal; Białko ogółem: 129.67 g; Tłuszcz: 101.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; suma cukrów prostych: 56.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.21 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 358.18 mg;

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Papkowata | | |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), | papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), | papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), | | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), |

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

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), | Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL, _</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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: banan 200 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2528.37 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 84.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 355.76 g; suma cukrów prostych: 83.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sól: 5.1 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 362.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<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, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</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>), 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: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2318.76 kcal; Białko ogółem: 115.5 g; Tłuszcz: 89.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 282.91 g; suma cukrów prostych: 27.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Sól: 7.79 g; WW: 26.16 Por; Cholesterol: 342.05 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, salata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<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 100 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g, chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1726.37 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.83 g; Węglowodany ogółem: 187.11 g; suma cukrów prostych: 30.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Sól: 4 g; WW: 16.35 Por; Cholesterol: 329.01 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g, | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, mizeria 200 g (<u>MLE</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2601.53 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 112.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 300.93 g; suma cukrów prostych: 41.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g; Sól: 6.28 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 410.76 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g, | wędlina 100 g, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2358.2 kcal; Białko ogółem: 134.2 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; suma cukrów prostych: 35.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g; Sól: 5.23 g; WW: 26.03 Por; Cholesterol: 370.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 | | | 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, sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, udziec z kurczaka gotowany 120 g, Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g, | wędlina 100 g, chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, banan 200 g, | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2462.73 kcal; Białko ogółem: 140.41 g; Tłuszcz: 88.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 303.4 g; suma cukrów prostych: 58.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g; Sól: 5.16 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 371.74 mg;

| środa 2026-03-25 | | | 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>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek do smarowania smakowy 80 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), | wędlina 100 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>), ogórek świeży 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>), Rukola 20 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2202.73 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 262.66 g; suma cukrów prostych: 22.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sól: 4.31 g; WW: 23.37 Por; Cholesterol: 218.39 mg;

| środa 2026-03-25 | | | 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;

| środa 2026-03-25 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--|--|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek do smarowania smakowy 80 g, miód 2 szt. 50 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>), | wędlina 100 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2411.7 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 116.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 242.95 g; suma cukrów prostych: 15.11 g; Błonnik pokarmowy: 9.78 g; Sól: 2.89 g; WW: 23.51 Por; Cholesterol: 267.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2489.72 kcal; Białko ogółem: 142.36 g; Tłuszcz: 112.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.89 g; Węglowodany ogółem: 247.98 g; suma cukrów prostych: 17.55 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; Sól: 3.76 g; WW: 23.6 Por; Cholesterol: 370.24 mg;

| środa 2026-03-25 | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN | | |
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2528.2 kcal; Białko ogółem: 156.45 g; Tłuszcz: 125.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 212.76 g; suma cukrów prostych: 21.79 g; Błonnik pokarmowy: 10.1 g; Sól: 3.7 g; WW: 20.36 Por; Cholesterol: 498.94 mg;

| środa 2026-03-25 | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2345.07 kcal; Białko ogółem: 144.94 g; Tłuszcz: 95.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.27 g; Węglowodany ogółem: 257.97 g; suma cukrów prostych: 33.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Sól: 9.42 g; WW: 22.17 Por; Cholesterol: 372.94 mg;

| środa 2026-03-25 | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Rukola 20 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2414.69 kcal; Białko ogółem: 147.2 g; Tłuszcz: 112.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 224.17 g; suma cukrów prostych: 25.2 g; Błonnik pokarmowy: 16.33 g; Sól: 5.97 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 370.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 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>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek do smarowania smakowy 80 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Kotlet z brokuła 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g, 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>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2493.12 kcal; Białko ogółem: 72.54 g; Tłuszcz: 122.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 291.57 g; suma cukrów prostych: 31.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sól: 7.3 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 241.67 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 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, pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1955.54 kcal; Białko ogółem: 55.38 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.5 g; Węglowodany ogółem: 271.48 g; suma cukrów prostych: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; Sól: 6.51 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 211.59 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> , <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 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g, | | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), |

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

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<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 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, | chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g, sałata zielona 8g 8g, | | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, kakao proszek 30 g, |

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

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kalafior gotowany - ots 100 g , parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g (<u>MLE</u>), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , marchew z groszkiem - ots 150 g (<u>GLU</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u>), rodzyнки ots 25 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2827.25 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 122.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; Sól: 5.49 g; WW: 30.97 Por; Cholesterol: 317.89 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek do smarowania 80 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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka gotowany 120 g , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2390.11 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; suma cukrów prostych: 37.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; Sól: 5.88 g; WW: 30.28 Por; Cholesterol: 382.57 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kalafior gotowany - ots 100 g , kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , brokuł gotowany - OTS 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry - ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c - OTS 250 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2840.76 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 142 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 272.28 g; suma cukrów prostych: 47.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.7 g; Sól: 4.14 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), | chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 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;

| środa 2026-03-25 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 50 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 , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.76 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw.łt.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.37 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.27 g; WW: 23.15 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 | | | Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g , | | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , | |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml , | | | | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| środa 2026-03-25 | | | 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-żyt. 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-żyt. 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | |
| II Śniadanie: gruszka 300 g , | | | | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

| środa 2026-03-25 | | | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny | | |
|------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--|--|
| | | ziemniaki gotowane 250 g , mizeria 200 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , udziec z kurczaka duszony 120 g , grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), udziec z kurczaka duszony 120 g , | | | |
| | | | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1102.98 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 38.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.2 g; Węglowodany ogółem: 100.99 g; suma cukrów prostych: 10.23 g; Błonnik pokarmowy: 15.61 g; Sól: 2.03 g; WW: 8.64 Por; Cholesterol: 350.98 mg;

| środa 2026-03-25 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: banan 200 g , drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2510.88 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; suma cukrów prostych: 89.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; Sól: 5.56 g; WW: 30.36 Por; Cholesterol: 428.77 mg;

| środa 2026-03-25 | | | 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>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z brokuła 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , | |
| | | | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2381.22 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 110.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 292.55 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sól: 7.48 g; WW: 25.75 Por; Cholesterol: 297.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 130 g (<u>SEZ</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, fasolka szparagowa gotowana 130 g, | chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
| | | Posiłek nocny: Rukola 20 g, chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2201.56 kcal; Białko ogółem: 55.27 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.17 g; Węglowodany ogółem: 315.2 g; suma cukrów prostych: 53.66 g; Błonnik pokarmowy: 43.22 g; Sól: 6.9 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat) | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g, wędlina 50 g, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2057.86 kcal; Białko ogółem: 105.4 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 244.25 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 15.3 g; Sól: 4.18 g; WW: 22.99 Por; Cholesterol: 410.53 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat) | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka duszony 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | wędlina 50 g, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: koktajl bananowy z/c 250 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.82 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 81.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Sól: 4.98 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 430.58 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata) | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), | wędlina 50 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1893.83 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 182.95 g; suma cukrów prostych: 52.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; Sól: 3.97 g; WW: 15.95 Por; Cholesterol: 386.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | hummus 130 g (<u>SEZ</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2186.62 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 93.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; suma cukrów prostych: 43.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.23 g; Sól: 6.26 g; WW: 24.82 Por; Cholesterol: 179.87 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | wędlina 50 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, filet z indyka gotowany 100 g, pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2041.79 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 260.91 g; suma cukrów prostych: 54.1 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; Sól: 5.29 g; WW: 22.36 Por; Cholesterol: 485.22 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udziec z kurczaka gotowany 120 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>), | wędlina 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g, | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2367.67 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 118.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 217.27 g; suma cukrów prostych: 45.35 g; Błonnik pokarmowy: 12.4 g; Sól: 2.43 g; WW: 20.61 Por; Cholesterol: 416.74 mg;

| środa 2026-03-25 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 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kafałtor gotowany - ots 100 g, parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, | rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane OTS 200 g, udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g, marchew z groszkiem - ots 150 g (<u>GLU</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, dżem 2 szt. 50 g, hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, |
| | | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2310.83 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 101.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 279.47 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Sól: 4.74 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 248.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-25 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.łł.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 2026-03-25 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> ,), sałata zielona 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), serek do smarowania smakowy 80 g , | grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka duszony 120 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: banan 200 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2388 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 95.92 g; Kw.łł.nas.ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.7 g; Sól: 7.66 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 379.98 mg;

| środa 2026-03-25 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 z truskawki z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g , | | Posiłek nocny: budyn o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2028.39 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw.łł.nas.ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 244.21 g; suma cukrów prostych: 122.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.3 g; Sól: 4.03 g; WW: 22.93 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

| środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), serek do smarowania 80 g (<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 , udziec z kurczaka gotowany 120 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), | wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2433.88 kcal; Białko ogółem: 123.28 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw.łł.nas.ogółem: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; suma cukrów prostych: 56.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 5.55 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 428.77 mg;