

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.98 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 99.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; suma cukrów prostych: 44.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; Sól: 6.63 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 302.75 mg;

<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2468.48 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 103.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; suma cukrów prostych: 68.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sól: 6.28 g; WW: 26.61 Por; Cholesterol: 322.65 mg;

<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.11 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 92.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 282.96 g; suma cukrów prostych: 76.36 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; Sól: 8.73 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 303.95 mg;

<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 235.56 g; suma cukrów prostych: 49.4 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; Sól: 5.57 g; WW: 21.3 Por; Cholesterol: 302.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa -dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: gruszka 150 g , waffle ryżowe 50 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.08 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 303.49 g; suma cukrów prostych: 58.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sól: 5.02 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 240.2 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa -dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2435.44 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 95.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; suma cukrów prostych: 50.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g; Sól: 6.38 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 320.76 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa -dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: jablko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1829.74 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 179.08 g; suma cukrów prostych: 52.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.9 g; Sól: 4.48 g; WW: 15.62 Por; Cholesterol: 300.76 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa -dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: jablko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1869 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 88.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 189 g; suma cukrów prostych: 54.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Sól: 4.58 g; WW: 16.38 Por; Cholesterol: 301.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: jabłko 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2107.99 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 232.64 g; suma cukrów prostych: 61.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 4.35 g; WW: 20.71 Por; Cholesterol: 320.53 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2263.37 kcal; Białko ogółem: 119.48 g; Tłuszcz: 97.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 253.17 g; suma cukrów prostych: 48.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g; Sól: 8.07 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 381.11 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, rzodkiewka 40 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1976.79 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 89.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.5 g; Węglowodany ogółem: 210.08 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Sól: 4.26 g; WW: 18.12 Por; Cholesterol: 286.96 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, rzodkiewka 40 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2277.09 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 91.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; suma cukrów prostych: 65.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g; Sól: 5.91 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 288.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, udko z kurczaka gotowane 200g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2014.59 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 241.31 g; suma cukrów prostych: 46.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sól: 7.65 g; WW: 20.52 Por; Cholesterol: 308.87 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, udko z kurczaka gotowane 200g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2557.01 kcal; Białko ogółem: 132.37 g; Tłuszcz: 103.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; suma cukrów prostych: 66.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; Sól: 9.81 g; WW: 26.34 Por; Cholesterol: 401.11 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, udko z kurczaka gotowane 200g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50g, seler gotowany 100g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2030.24 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; suma cukrów prostych: 35.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Sól: 10.93 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 168.43 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200g, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130g,	chleb PKU 120g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50g, seler gotowany 100g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 50g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2074.15 kcal; Białko ogółem: 54.87 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 297.95 g; suma cukrów prostych: 37.6 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; Sól: 7.87 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 209.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: Mus z jabłek z/c 150 g , wafle ryżowe 50 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.65 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.16 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; suma cukrów prostych: 89.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g; Sól: 8.16 g; WW: 29.57 Por; Cholesterol: 227.63 mg;

niedziela 2026-03-29		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2365.53 kcal; Białko ogółem: 107.4 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 315.07 g; suma cukrów prostych: 67.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; Sól: 7.89 g; WW: 29.34 Por; Cholesterol: 329.78 mg;

niedziela 2026-03-29		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2508.46 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 104.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 307.2 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 8.59 g; WW: 27.33 Por; Cholesterol: 322.65 mg;

niedziela 2026-03-29		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml , pomidorowa - dieta płynna 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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.: 2082.33 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 131.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 116.3 g; suma cukrów prostych: 10.76 g; Błonnik pokarmowy: 6.65 g; Sól: 2.31 g; WW: 11.1 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

niedziela 2026-03-29		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml , pomidorowa - dieta papka 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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.: 2127.73 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 131.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.55 g; Węglowodany ogółem: 127.55 g; suma cukrów prostych: 11.31 g; Błonnik pokarmowy: 7.57 g; Sól: 2.31 g; WW: 12.15 Por; Cholesterol: 1043.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2490.72 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 328.6 g; suma cukrów prostych: 61.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; Sól: 8.63 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 344.02 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.98 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 93.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 287.78 g; suma cukrów prostych: 38.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; Sól: 10.32 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 354.82 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1661.62 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 175 g; suma cukrów prostych: 30.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Sól: 4.11 g; WW: 15.05 Por; Cholesterol: 216.58 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), gruszka 150 g,	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.66 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 259.06 g; suma cukrów prostych: 49.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 6.4 g; WW: 22.38 Por; Cholesterol: 303.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g , dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1945.92 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.73 g; Węglowodany ogółem: 258.61 g; suma cukrów prostych: 52.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.2 g; Sól: 7.77 g; WW: 23.78 Por; Cholesterol: 191.52 mg;

niedziela 2026-03-29			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 , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Udko z kurczaka pieczone 210 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2277.48 kcal; Białko ogółem: 121.37 g; Tłuszcz: 117.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.92 g; Węglowodany ogółem: 208.08 g; suma cukrów prostych: 24.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sól: 4.67 g; WW: 17.75 Por; Cholesterol: 311.48 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Udko z kurczaka pieczone 210 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2283.45 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 101.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.7 g; Węglowodany ogółem: 242.96 g; suma cukrów prostych: 47.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.3 g; Sól: 4.84 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 436.71 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek b/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1783.97 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 246.64 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 1.99 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.81 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 134.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 175.38 g; suma cukrów prostych: 18.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; Sól: 1.19 g; WW: 16.45 Por; Cholesterol: 304.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Udko z kurczaka pieczone 210 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2207.37 kcal; Białko ogółem: 115 g; Tłuszcz: 114.81 g; Kw.łt.nas.ogółem: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 200.28 g; suma cukrów prostych: 16.87 g; Błonnik pokarmowy: 10.34 g; Sól: 1.68 g; WW: 19.14 Por; Cholesterol: 310.08 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.56 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 133.31 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 199.2 g; suma cukrów prostych: 31.68 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g; Sól: 3.59 g; WW: 18.57 Por; Cholesterol: 304.03 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2312.03 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 116.45 g; Kw.łt.nas.ogółem: 84.74 g; Węglowodany ogółem: 245.14 g; suma cukrów prostych: 40.4 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Sól: 7.49 g; WW: 20.75 Por; Cholesterol: 194.52 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.07 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 117.19 g; Kw.łt.nas.ogółem: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 197.29 g; suma cukrów prostych: 30.79 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Sól: 3.79 g; WW: 18.3 Por; Cholesterol: 191.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , gruszka 150 g , wafle ryżowe 50 g ,	pomidorowa - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2063.32 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 307.57 g; suma cukrów prostych: 71.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 6.01 g; WW: 26.91 Por; Cholesterol: 128.61 mg;

niedziela 2026-03-29			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 ,	pomidorowa -dieta 400 ml ( <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> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1835.17 kcal; Białko ogółem: 58.47 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 252.95 g; suma cukrów prostych: 34.38 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g; Sól: 6.94 g; WW: 23.53 Por; Cholesterol: 185.01 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.75 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 31.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; Sól: 4.87 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,	krupnik z ziemniakami - dieta jarska 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1997.52 kcal; Białko ogółem: 98.7 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.48 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 707.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.łt.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;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
Naleśniki z serem OTS 240 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku OTS 300 g ( <u>MLE</u> ),	zupa z brukselki z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2715.34 kcal; Białko ogółem: 132.35 g; Tłuszcz: 93.2 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; suma cukrów prostych: 107.64 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; Sól: 4.65 g; WW: 32.04 Por; Cholesterol: 553.96 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa -dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: dżem owocowy 50 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2106.42 kcal; Białko ogółem: 98.1 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw.łt.nas.ogółem: 28 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; suma cukrów prostych: 59.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; Sól: 8.22 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 314.57 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa z brukselki z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca ots 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3168.5 kcal; Białko ogółem: 165.48 g; Tłuszcz: 144.85 g; Kw.łt.nas.ogółem: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; suma cukrów prostych: 60.59 g; Błonnik pokarmowy: 49.66 g; Sól: 9.84 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 714.24 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Ścista 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.łt.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

niedziela 2026-03-29 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;

niedziela 2026-03-29 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;

niedziela 2026-03-29 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;

niedziela 2026-03-29 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;

niedziela 2026-03-29 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;

niedziela 2026-03-29 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 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 60 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 , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1995.96 kcal; Białko ogółem: 73.83 g; Tłuszcz: 50.1 g; Kw.łt.nas.ogółem: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 232.79 g; suma cukrów prostych: 43.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; Sól: 3.58 g; WW: 20.03 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			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 , waffle 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 ,		waffle 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.łt.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;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ),		kрупnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawiązane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ), 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 ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: banan 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1839.24 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; suma cukrów prostych: 97.26 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 4.36 g; WW: 21.22 Por; Cholesterol: 647.63 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		ziemniaki gotowane 250 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 150 g , pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 900.84 kcal; Białko ogółem: 61.77 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw.łt.nas.ogółem: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 68.65 g; suma cukrów prostych: 14.2 g; Błonnik pokarmowy: 7.39 g; Sól: 1.87 g; WW: 6.14 Por; Cholesterol: 244.76 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twarożek krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 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 , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</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: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2325.52 kcal; Białko ogółem: 110.4 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; Sól: 7.4 g; WW: 29.16 Por; Cholesterol: 258.31 mg;

niedziela 2026-03-29			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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), gruszka 150 g ,		pomidorowa - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g ,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,	
				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.82 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.6 g; Węglowodany ogółem: 267.75 g; suma cukrów prostych: 60.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.58 g; Sól: 6.17 g; WW: 23.16 Por; Cholesterol: 140.61 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ), gruszka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.28 kcal; Białko ogółem: 50.15 g; Tłuszcz: 108.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55 g; Węglowodany ogółem: 302.07 g; suma cukrów prostych: 64.59 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 5.25 g; WW: 25.98 Por; Cholesterol: 2.9 mg;

niedziela 2026-03-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)</span>		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa - dieta 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1858.27 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 88.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 186.97 g; suma cukrów prostych: 44.32 g; Błonnik pokarmowy: 16 g; Sól: 4.42 g; WW: 17.22 Por; Cholesterol: 296.58 mg;

niedziela 2026-03-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)</span>		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1838.56 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 182.31 g; suma cukrów prostych: 48.09 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Sól: 4.4 g; WW: 16.38 Por; Cholesterol: 301.85 mg;

niedziela 2026-03-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. weglow. dziecięca (2-3lata)</span>		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa - dieta 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ),	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, rzodkiewka 40 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1876.37 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 193.58 g; suma cukrów prostych: 57.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g; Sól: 3.83 g; WW: 16.63 Por; Cholesterol: 277.62 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 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: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.5 kcal; Białko ogółem: 68.46 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 275.28 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Błonnik pokarmowy: 44.76 g; Sól: 7.15 g; WW: 23.34 Por; Cholesterol: 112.51 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , rzodkiewka 40 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.34 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 256.92 g; suma cukrów prostych: 58.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; Sól: 5.47 g; WW: 21.88 Por; Cholesterol: 706.07 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , rzodkiewka 40 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.05 kcal; Białko ogółem: 96.5 g; Tłuszcz: 115.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 220.52 g; suma cukrów prostych: 49.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.95 g; Sól: 1.47 g; WW: 20.61 Por; Cholesterol: 266.58 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,			

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

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ),	zupa z brukselki z ziemniakami b/ml OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym OTS 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.37 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 277.45 g; suma cukrów prostych: 69.47 g; Błonnik pokarmowy: 46.9 g; Sól: 4.97 g; WW: 23.11 Por; Cholesterol: 381.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-29			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> , ), 400 ml ( <u>GLU</u> , ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , ),	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,				Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> , ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> , ),		pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> , ),		chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , ),	
				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 25 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.98 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 99.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; suma cukrów prostych: 144.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; Sól: 6.63 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 302.75 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ), pomidorowa - dieta papka 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> , ),		kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.1 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 254.94 g; suma cukrów prostych: 144.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.76 g; Sól: 4.6 g; WW: 24.02 Por; Cholesterol: 467.6 mg;

niedziela 2026-03-29			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),		pomidorowa - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do pomidorówki 60 g ( <u>GLU</u> , ),		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , ),	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 25 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516.44 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 96.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; Sól: 8.72 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 320.76 mg;