

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-06-12 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.7 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 102.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 269.62 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; Sól: 6.61 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 749.58 mg;

piątek 2026-06-12 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8g, chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,
		Posiłek nocny: banan 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2667.45 kcal; Białko ogółem: 116.4 g; Tłuszcz: 110.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.78 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; suma cukrów prostych: 91.38 g; Błonnik pokarmowy: 47.6 g; Sól: 6.93 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 769.58 mg;

piątek 2026-06-12 <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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.48 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 94.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 293.7 g; suma cukrów prostych: 89.37 g; Błonnik pokarmowy: 42.93 g; Sól: 6.97 g; WW: 25.53 Por; Cholesterol: 750.78 mg;

piątek 2026-06-12 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8g, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2561.44 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 101.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; suma cukrów prostych: 83.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Sól: 6.53 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 748.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	salata zielona 8g 8 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.68 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 94.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; suma cukrów prostych: 86.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.99 Por; Cholesterol: 748.98 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2287.37 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 283.99 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Sól: 6.47 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 725.01 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1731.49 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 196.78 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; Sól: 4.81 g; WW: 17.75 Por; Cholesterol: 709.82 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1889.27 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 227.71 g; suma cukrów prostych: 82.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; Sól: 4.97 g; WW: 20.64 Por; Cholesterol: 718.9 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2457.97 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; suma cukrów prostych: 95.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Sól: 6.61 g; WW: 30.3 Por; Cholesterol: 738.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 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> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 120 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,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2460.08 kcal; Białko ogółem: 139.69 g; Tłuszcz: 99.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.72 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; suma cukrów prostych: 44.35 g; Błonnik pokarmowy: 43.73 g; Sól: 7.45 g; WW: 23.45 Por; Cholesterol: 763.61 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 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> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.89 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 235.44 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g; Sól: 6.4 g; WW: 19.71 Por; Cholesterol: 746.52 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 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> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 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> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2397.09 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 296.4 g; suma cukrów prostych: 74.3 g; Błonnik pokarmowy: 50.58 g; Sól: 7.92 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 747.72 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2294.57 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; suma cukrów prostych: 39 g; Błonnik pokarmowy: 41.38 g; Sól: 7.35 g; WW: 22.7 Por; Cholesterol: 813.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 120 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,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2851.44 kcal; Białko ogółem: 156.13 g; Tłuszcz: 117.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 315.32 g; suma cukrów prostych: 62 g; Błonnik pokarmowy: 43.8 g; Sól: 7.83 g; WW: 27.55 Por; Cholesterol: 795.61 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2000.83 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 264.99 g; suma cukrów prostych: 22.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; Sól: 4.77 g; WW: 24.25 Por; Cholesterol: 744.02 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, pulpet rybny gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2045.09 kcal; Białko ogółem: 55.19 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 290.77 g; suma cukrów prostych: 20.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sól: 1.33 g; WW: 27.2 Por; Cholesterol: 137.46 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml, chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.12 kcal; Białko ogółem: 117.6 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 348.84 g; suma cukrów prostych: 78.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 6.69 g; WW: 32.4 Por; Cholesterol: 749.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB, _</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), pietruszka 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, _</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2538.4 kcal; Białko ogółem: 129.96 g; Tłuszcz: 95.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 295.17 g; suma cukrów prostych: 57.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 871.36 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), rosłonka 20 g ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	sałata zielona 8g 8g , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2698.3 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 112.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 306.13 g; suma cukrów prostych: 84.33 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g; Sól: 6.89 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 769.58 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml , krupnik z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ),	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.06 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 130.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.3 g; Węglowodany ogółem: 124.66 g; suma cukrów prostych: 5.94 g; Błonnik pokarmowy: 7.88 g; Sól: 1.77 g; WW: 11.85 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	papkowata - obiad 650 ml , krupnik z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.46 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 130.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.27 g; Węglowodany ogółem: 135.91 g; suma cukrów prostych: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 8.8 g; Sól: 1.77 g; WW: 12.9 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2645.15 kcal; Białko ogółem: 127.57 g; Tłuszcz: 93.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 322.68 g; suma cukrów prostych: 57.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 6.79 g; WW: 29.98 Por; Cholesterol: 738.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2577.01 kcal; Białko ogółem: 115.9 g; Tłuszcz: 95.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 309.26 g; suma cukrów prostych: 29.7 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; Sól: 6.79 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 706.9 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1835.49 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 65.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 205.88 g; suma cukrów prostych: 37.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; Sól: 5.86 g; WW: 17.97 Por; Cholesterol: 687.62 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2628.75 kcal; Białko ogółem: 116.32 g; Tłuszcz: 111.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; suma cukrów prostych: 55.91 g; Błonnik pokarmowy: 43.49 g; Sól: 7.87 g; WW: 26.71 Por; Cholesterol: 765.08 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100 g, dżem owocowy 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 10 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.57 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 277.31 g; suma cukrów prostych: 55.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.1 g; Sól: 4.62 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 572.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 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 10 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2328.52 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 100.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 279.12 g; suma cukrów prostych: 27.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g; Sól: 5.41 g; WW: 24.15 Por; Cholesterol: 623.6 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), 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. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299 kcal; Białko ogółem: 117.2 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 296.11 g; suma cukrów prostych: 61.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.42 g; Sól: 6.37 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 161.76 mg;

piątek 2026-06-12 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.96 kcal; Białko ogółem: 114.3 g; Tłuszcz: 122.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 224.6 g; suma cukrów prostych: 27.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g; Sól: 3.72 g; WW: 20.94 Por; Cholesterol: 702.21 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , dżem owocowy 50 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.18 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 106.8 g; Kw.ł.nas.ogółem: 56.82 g; Węglowodany ogółem: 240.58 g; suma cukrów prostych: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.01 g; Sól: 1.88 g; WW: 22.45 Por; Cholesterol: 572.1 mg;

piątek 2026-06-12 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> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.18 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 122.23 g; Kw.ł.nas.ogółem: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 225.49 g; suma cukrów prostych: 28.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.61 g; Sól: 3.75 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 716.21 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2151.24 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw.ł.nas.ogółem: 57.64 g; Węglowodany ogółem: 271.84 g; suma cukrów prostych: 28.86 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 574.8 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.68 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 106.7 g; Kw.ł.nas.ogółem: 56.81 g; Węglowodany ogółem: 241.68 g; suma cukrów prostych: 20.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g; Sól: 1.88 g; WW: 22.4 Por; Cholesterol: 572.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12			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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta jarski 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU, SOJ, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z kiszzonej kap. 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.65 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 97.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.2 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 708.13 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet rybny gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1931.67 kcal; Białko ogółem: 54.64 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 271.43 g; suma cukrów prostych: 20.95 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; Sól: 1.35 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 130.09 mg;

piątek 2026-06-12			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, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, 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.: 2220.32 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 226.24 g; suma cukrów prostych: 31.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; Sól: 4.87 g; WW: 20.56 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, 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 8g, 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, 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.: 2021.01 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
dżem 2 szt. 50 g , jogurt naturalny 1szt. OTS 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki jęczmienne na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ), placki bananowe - ots 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa z fasolki szp. z ziemniakami - ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko-OTS 200 g , gulasz segetyński - ots 250 g ( <u>GLU</u> ), kapusta biała zasmażana - 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 wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g , bukiet warzyw mar/brok/kalaf- ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> ciasto jogurtowe 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ), sok warzywno-owocowy przecier. 300ml OTS 330 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3213.41 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; Tłuszcz: 124.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 398.13 g; suma cukrów prostych: 105.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g; Sól: 8.78 g; WW: 36.34 Por; Cholesterol: 967.96 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2297.45 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 285.95 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sól: 6.53 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 717.81 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. OTS 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , płatki jęczmienne na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa z fasolki szp. z ziemniakami - ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko-OTS 200 g , gulasz segetyński - ots 250 g ( <u>GLU</u> ), kapusta biała zasmażana - 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> ), bukiet warzyw mar/brok/kalaf- ots 150 g , serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy - ots 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3190.17 kcal; Białko ogółem: 157.79 g; Tłuszcz: 145.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 8.14 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 770.13 mg;

piątek 2026-06-12 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

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Ścista 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Ścista 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Ścista 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 gotowany 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;

piątek 2026-06-12 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;

piątek 2026-06-12 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 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 gotowany (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.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;

piątek 2026-06-12 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> ),	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) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: 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> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</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.: 1851.24 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; suma cukrów prostych: 98.1 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 4.49 g; WW: 21.34 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	surówka z kiszanej kap. 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 1292.27 kcal; Białko ogółem: 55.29 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.9 g; Węglowodany ogółem: 135.51 g; suma cukrów prostych: 16.23 g; Błonnik pokarmowy: 16.67 g; Sól: 1.83 g; WW: 12.02 Por; Cholesterol: 118.15 mg;		

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), roszponka 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.87 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 283.99 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Sól: 6.47 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 725.01 mg;

piątek 2026-06-12 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), roszponka 20 g , pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	krupnik z ziemniakami - dieta jarski 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU, SOJ, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z kiszanej kap. 130 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.65 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 97.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.2 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 708.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, hummus szt 115 g ( <b>SEZ</b> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, roszonek 20 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), Gulasz sojowy 200 g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kiszzonej kap. 130 g, ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <b>GLU</b> ), pasta jarzynowa 100 g ( <b>SEL</b> ), margaryna 10 g, rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2239.16 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; suma cukrów prostych: 46.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Sól: 4.71 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj ze szczyptką z majonezem 100 g ( <b>JAJ</b> ), roszonek 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 200 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet z ryby 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</b> ), surówka z kiszzonej kap. 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.07 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 97.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 249.83 g; suma cukrów prostych: 79.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g; Sól: 5.59 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 739.3 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj ze szczyptką z majonezem 100 g ( <b>JAJ</b> ), roszonek 20 g, pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GOR</b> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2422.84 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 100.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 282.54 g; suma cukrów prostych: 81.82 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; Sól: 5.77 g; WW: 26.13 Por; Cholesterol: 748.38 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), roszonek 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ),	krupnik z ziemniakami - dieta 200 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), surówka z kiszzonej kap. 100 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ),	chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30 g, rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1938.12 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 202.73 g; suma cukrów prostych: 67.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.98 g; Sól: 6.22 g; WW: 16.71 Por; Cholesterol: 737.44 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj ze szczyptką z majonezem 100 g ( <b>JAJ</b> ), roszonek 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	krupnik z ziemniakami - dieta jarski 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kiszzonej kap. 130 g, Gulasz sojowy 200 g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.45 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 92.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 281.48 g; suma cukrów prostych: 37.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.56 g; Sól: 7.15 g; WW: 24.31 Por; Cholesterol: 684.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12 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, rosół 20 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	sałata zielona 8g 8 g, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 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, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.41 kcal; Białko ogółem: 118.58 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.58 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; suma cukrów prostych: 64.84 g; Błonnik pokarmowy: 49.43 g; Sól: 5.67 g; WW: 23.82 Por; Cholesterol: 689.89 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, rosół 20 g, chleb bezglutenowy 120 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	sałata zielona 8g 8 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 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> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.32 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 115.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.8 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; suma cukrów prostych: 62.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Sól: 3.85 g; WW: 21.67 Por; Cholesterol: 743.12 mg;

piątek 2026-06-12 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;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, dżem 2 szt. 50 g, masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, chleb graham 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa z fasolki szp. z ziemniakami b/ml - ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko- OTS 200 g, gulasz segetyński - ots 250 g ( <u>GLU</u> ), kapusta biała zasmażana - 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> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g, bukiet warzyw mar/brok/kalaf- ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2849.7 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 123.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; suma cukrów prostych: 59.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g; Sól: 3.66 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 694.46 mg;

piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-12			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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem z majonezem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet z ryby 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: banan 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.7 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 102.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 269.62 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; Sól: 6.61 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 749.58 mg;

piątek 2026-06-12			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> ), krupnik z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.83 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 84.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 266.2 g; suma cukrów prostych: 126.9 g; Błonnik pokarmowy: 16.09 g; Sól: 1.73 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

piątek 2026-06-12			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.87 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 283.99 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Sól: 6.47 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 725.01 mg;