

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g, .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g, .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g, .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa biała 120 g, .ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, musztarda 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.72 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 90.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; suma cukrów prostych: 74.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 7.75 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 152.49 mg;

<b>środa 2024-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 250 g, .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g, .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa biała 120 g, .ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, musztarda 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, rogal 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2872.83 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 382.94 g; suma cukrów prostych: 70.5 g; Błonnik pokarmowy: 42.95 g; Sól: 8.9 g; WW: 34.27 Por; Cholesterol: 184.29 mg;

<b>środa 2024-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g, .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g, .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g, .ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.1 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.1 g; Węglowodany ogółem: 274.75 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sól: 7.85 g; WW: 23.75 Por; Cholesterol: 213.69 mg;

<b>środa 2024-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g, .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g, .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g, .ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> rogal 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.2 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 361.69 g; suma cukrów prostych: 79.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.83 g; Sól: 8.37 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 184.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2880.31 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; Tłuszcz: 108.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 376.33 g; suma cukrów prostych: 87.72 g; Błonnik pokarmowy: 44.78 g; Sól: 10.59 g; WW: 33.27 Por; Cholesterol: 201.23 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2587.62 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 8.38 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 185.29 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2522.54 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; Sól: 8.36 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 233.93 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2586.06 kcal; Białko ogółem: 137.63 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 335.18 g; suma cukrów prostych: 77.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.5 Por; Cholesterol: 204.28 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.84 kcal; Białko ogółem: 128.36 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 284.62 g; suma cukrów prostych: 36.02 g; Błonnik pokarmowy: 42.82 g; Sól: 8.79 g; WW: 24.45 Por; Cholesterol: 217.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1743.33 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 218.24 g; suma cukrów prostych: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; Sól: 7.55 g; WW: 18.9 Por; Cholesterol: 655.36 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2361.47 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 88.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.16 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; Sól: 8.48 g; WW: 26.26 Por; Cholesterol: 255.53 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g , kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2175.34 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 275.02 g; suma cukrów prostych: 29.72 g; Błonnik pokarmowy: 42.82 g; Sól: 8.56 g; WW: 23.52 Por; Cholesterol: 205.91 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2796.56 kcal; Białko ogółem: 166.89 g; Tłuszcz: 106.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.12 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 333.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.72 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 45.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 317.72 g; suma cukrów prostych: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; Sól: 9.8 g; WW: 29.53 Por; Cholesterol: 101.65 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.38 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; suma cukrów prostych: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 18.4 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.4 Por; Cholesterol: 205.48 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 0 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , miód 2 szt. 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.54 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 362.03 g; suma cukrów prostych: 81.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 7.21 g; WW: 34.53 Por; Cholesterol: 179.65 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , miód 2 szt. 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2482.14 kcal; Białko ogółem: 127.67 g; Tłuszcz: 61.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; suma cukrów prostych: 75.16 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g; Sól: 7.42 g; WW: 34.35 Por; Cholesterol: 155.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2880.67 kcal; Białko ogółem: 139.03 g; Tłuszcz: 101.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 373.71 g; suma cukrów prostych: 85.3 g; Błonnik pokarmowy: 43.21 g; Sól: 9.48 g; WW: 33.35 Por; Cholesterol: 259.74 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.18 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 139.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.38 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Papkowata	
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.7 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.26 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.43 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Rozdrobniona	
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2702.34 kcal; Białko ogółem: 128.81 g; Tłuszcz: 94.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 342.06 g; suma cukrów prostych: 72.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g; Sól: 7.99 g; WW: 32.28 Por; Cholesterol: 306.66 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.12 kcal; Białko ogółem: 117.1 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 300.76 g; suma cukrów prostych: 27.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sól: 9.19 g; WW: 28.06 Por; Cholesterol: 321.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, buraki z jabłkami 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1711.04 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 221.97 g; suma cukrów prostych: 34.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 7 g; WW: 19.17 Por; Cholesterol: 167.07 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, buraki z jabłkami 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2064.25 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 262.06 g; suma cukrów prostych: 45.8 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 7.74 g; WW: 22.8 Por; Cholesterol: 213.69 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g, sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, buraki z jabłkami 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.15 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.81 g; Węglowodany ogółem: 307.94 g; suma cukrów prostych: 39.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Sól: 7.52 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 46.2 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pomidor 100 g, pasta z wędliny drob. 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g, sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, buraki z jabłkami 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.81 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.21 g; Węglowodany ogółem: 329.39 g; suma cukrów prostych: 48.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; Sól: 8.27 g; WW: 29.3 Por; Cholesterol: 114.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 15 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.05 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 295.14 g; suma cukrów prostych: 56.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.55 g; Sól: 1.71 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.24 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 233.34 g; suma cukrów prostych: 65.18 g; Błonnik pokarmowy: 13.45 g; Sól: 4.32 g; WW: 22.14 Por; Cholesterol: 218.69 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , wędlina 50 g ,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2005.79 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.7 g; Węglowodany ogółem: 247.88 g; suma cukrów prostych: 41.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.93 g; Sól: 4.18 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 113.4 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
.twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2744.93 kcal; Białko ogółem: 208.78 g; Tłuszcz: 121.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 224.44 g; suma cukrów prostych: 25.3 g; Błonnik pokarmowy: 17.7 g; Sól: 4.3 g; WW: 21.09 Por; Cholesterol: 218.81 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g ,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.43 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.56 g; Węglowodany ogółem: 258.08 g; suma cukrów prostych: 25.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.02 g; Sól: 8.63 g; WW: 21.83 Por; Cholesterol: 116.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR.</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , kalfajor gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL.</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.45 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 101.92 g; Kw.łt.nas.ogółem: 3.52 g; Węglowodany ogółem: 198.37 g; suma cukrów prostych: 13.47 g; Błonnik pokarmowy: 14.48 g; Sól: 4.32 g; WW: 18.56 Por; Cholesterol: 113.4 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ, może zawierać: SEL.</u> ), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ziemniaki 200 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1992.41 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw.łt.nas.ogółem: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 314.63 g; suma cukrów prostych: 85.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.42 g; Sól: 7.37 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 106.29 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE.</u> ), włośczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ), .ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE.</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	miód 2 szt. 50 g , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU.</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2145.4 kcal; Białko ogółem: 53.09 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw.łt.nas.ogółem: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; suma cukrów prostych: 41.06 g; Błonnik pokarmowy: 11.8 g; Sól: 4.63 g; WW: 31.1 Por; Cholesterol: 167.88 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE.</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU.</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU.</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.14 kcal; Białko ogółem: 67.39 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw.łt.nas.ogółem: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 230.43 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; Sól: 3.62 g; WW: 20.07 Por; Cholesterol: 233 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE.</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL.</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, SEL.</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ.</u> ), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL.</u> ), dynia gotowana 100 g , salata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao 30 g ( <u>GLU.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2031.88 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.łt.nas.ogółem: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 274.6 g; suma cukrów prostych: 51.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.9 g; Sól: 4.79 g; WW: 24.49 Por; Cholesterol: 743.55 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</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> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.32 kcal; Białko ogółem: 39.14 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.77 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .79 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> , ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), kalafior gotowany 100 g , kielbasa biała ots 120 g , ketchup saszetka ots 2 szt ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), sos do obiadu 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , buraczki duszone 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. ots 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> , ), rodzyunki ots 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2783.22 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 112.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; suma cukrów prostych: 89.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.67 Por; Cholesterol: 168.77 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> , ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), kalafior gotowany 100 g , kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka ots 2 szt ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), buraczki duszone 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2622.18 kcal; Białko ogółem: 126.44 g; Tłuszcz: 111.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 290.03 g; suma cukrów prostych: 51.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; Sól: 7.18 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 168.77 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1360.2 kcal; Białko ogółem: 37.79 g; Tłuszcz: 12.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1304.4 kcal; Białko ogółem: 41.88 g; Tłuszcz: 19.76 g; Kw.łł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 241.88 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.09 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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.: 966.51 kcal; Białko ogółem: 60.48 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.łł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.81 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 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> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 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> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> , ), 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.: 2265.09 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw.łł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 260.4 g; suma cukrów prostych: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.33 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 465.79 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> , ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 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.: 1665.51 kcal; Białko ogółem: 59.78 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw.łł.nas.ogółem: 6.19 g; Węglowodany ogółem: 252.58 g; suma cukrów prostych: 20.21 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 1.48 g; WW: 23.96 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> , ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1942.45 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw.łł.nas.ogółem: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 279.64 g; suma cukrów prostych: 74.94 g; Błonnik pokarmowy: 49.64 g; Sól: 4.3 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 457.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		.schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 848.93 kcal; Białko ogółem: 63.61 g; Tłuszcz: 23.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.2 g; Węglowodany ogółem: 100.25 g; suma cukrów prostych: 16.9 g; Błonnik pokarmowy: 12.21 g; Sól: 4 g; WW: 8.92 Por; Cholesterol: 92.4 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.26 kcal; Białko ogółem: 132.58 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.1 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sól: 9.05 g; WW: 31.05 Por; Cholesterol: 196.28 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 140.88 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; suma cukrów prostych: 77.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.46 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.59 Por; Cholesterol: 225.39 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ziemniaki 200 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.71 kcal; Białko ogółem: 64.93 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.4 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 47.07 g; Sól: 8.23 g; WW: 30.48 Por; Cholesterol: 118.09 mg;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , .pasta z warzyw (KMB) 130 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt roślinny (wegański) smakowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1946.55 kcal; Białko ogółem: 46.45 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.67 g; Węglowodany ogółem: 317.4 g; suma cukrów prostych: 83.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.39 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU</b> ), <b>MLE</b> , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), parówka 2szt 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <b>GLU</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.28 kcal; Białko ogółem: 138.04 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 364.28 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; Sól: 9.39 g; WW: 34.14 Por; Cholesterol: 226.78 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <b>GLU</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.68 kcal; Białko ogółem: 134.82 g; Tłuszcz: 117.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 325.16 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Błonnik pokarmowy: 46.89 g; Sól: 10.43 g; WW: 28.01 Por; Cholesterol: 237.33 mg;

środa 2024-05-01			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU</b> ), <b>MLE</b> , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ),	.szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 200 g , .schab gotowany w sosie 80 g ( <b>GLU, MLE</b> ), sos do obiadu 100 g , buraczki duszone 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <b>GLU</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), .pasta z warzyw (KMB) 130 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2757.6 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 110.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; suma cukrów prostych: 85.09 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Sól: 7.83 g; WW: 30.39 Por; Cholesterol: 199.93 mg;