

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2192.35 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g; Sól: 10.56 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 191.78 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 200 ml, chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 100 g, .kotlet pożarski 40 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1334.5 kcal; Białko ogółem: 55.51 g; Tłuszcz: 46.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 183.66 g; suma cukrów prostych: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sól: 5.45 g; WW: 15.25 Por; Cholesterol: 126.09 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.kalafiorowa z makaronem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 100 g, .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1585.52 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 183.59 g; suma cukrów prostych: 56.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 6.21 g; WW: 14.92 Por; Cholesterol: 191.78 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2153.11 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 313.9 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Błonnik pokarmowy: 53.29 g; Sól: 10.35 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 179.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2510.22 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 373.42 g; suma cukrów prostych: 69.54 g; Błonnik pokarmowy: 58.05 g; Sól: 12.78 g; WW: 31.74 Por; Cholesterol: 191.78 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2445.11 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 329.8 g; suma cukrów prostych: 67.71 g; Błonnik pokarmowy: 53.29 g; Sól: 12.49 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 221.78 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.24 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; suma cukrów prostych: 38.27 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; Sól: 7.37 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 189.79 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1261.94 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 147.91 g; suma cukrów prostych: 43.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.4 g; Sól: 4.77 g; WW: 12.76 Por; Cholesterol: 168.99 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1660.14 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 220.58 g; suma cukrów prostych: 52.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; Sól: 5.49 g; WW: 19.98 Por; Cholesterol: 180.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemiaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2245 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g; Sól: 7.4 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 189.79 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	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 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.92 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 289.18 g; suma cukrów prostych: 35.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; Sól: 9.78 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 225.08 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 30g 30 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 ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1464.13 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 168.54 g; suma cukrów prostych: 55.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Sól: 4.59 g; WW: 13.85 Por; Cholesterol: 186.18 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1699.33 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 199.64 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.15 g; Sól: 5.35 g; WW: 16.63 Por; Cholesterol: 198.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	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. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, sok owocowy 200ml 200 g, jabłko 150 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2107.92 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; suma cukrów prostych: 68.58 g; Błonnik pokarmowy: 46.05 g; Sól: 8.92 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 199.58 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	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. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1966.38 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 64.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 249.77 g; suma cukrów prostych: 31.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g; Sól: 8.88 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 199.58 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2348.43 kcal; Białko ogółem: 163.36 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; suma cukrów prostych: 39.73 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g; Sól: 11.59 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 207.49 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
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 z/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 ski. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2028.67 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 285.89 g; suma cukrów prostych: 33.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Sól: 7.35 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 164.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , jabłko gotowane 150 g ,	.kompot z porzeczek czarnych 250 g , zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30 g , salata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: pomidor 100 g , chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1980.86 kcal; Białko ogółem: 55.5 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 279.2 g; suma cukrów prostych: 28.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g; Sól: 3.84 g; WW: 25.93 Por; Cholesterol: 227.39 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
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 z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.67 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; suma cukrów prostych: 36.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Sól: 7.37 g; WW: 31.05 Por; Cholesterol: 164.99 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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 z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2178.47 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 58.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 317.91 g; suma cukrów prostych: 30.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Sól: 7.13 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 177.79 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .kotlet pożarski 180 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2689.1 kcal; Białko ogółem: 147.47 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; suma cukrów prostych: 45.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 10.92 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 260.16 mg;

czwartek 2024-03-07 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.: 2244.59 kcal; Białko ogółem: 127.21 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 137.89 g; suma cukrów prostych: 3.87 g; Błonnik pokarmowy: 4.8 g; Sól: 1.59 g; WW: 13.46 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.85 kcal; Białko ogółem: 128.47 g; Tłuszcz: 139.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 149.99 g; suma cukrów prostych: 4.47 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.59 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.3 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 80.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; suma cukrów prostych: 33.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g; Sól: 7.22 g; WW: 30.21 Por; Cholesterol: 211.39 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,		chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2362.96 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 294.1 g; suma cukrów prostych: 17.63 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Sól: 7.22 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 211.39 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		.kalafiorowa z makaronem 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 150 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,		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. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1795.19 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 231.57 g; suma cukrów prostych: 30.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; Sól: 7.72 g; WW: 19.98 Por; Cholesterol: 199.58 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),		.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 150g 150 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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2113.9 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 58.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 299.08 g; suma cukrów prostych: 49.49 g; Błonnik pokarmowy: 40.44 g; Sól: 9.7 g; WW: 26.12 Por; Cholesterol: 177.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <b>GLU</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/ml 85 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <b>GLU</b> ), jabłko gotowane 150 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2166.72 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.86 g; Węglowodany ogółem: 317.72 g; suma cukrów prostych: 45.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Sól: 7.15 g; WW: 29.15 Por; Cholesterol: 102.33 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko 150 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), .ziemniaki 200 g , .kotlet pożarski 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , miód 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2106.36 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.65 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Błonnik pokarmowy: 50.43 g; Sól: 4.8 g; WW: 28.47 Por; Cholesterol: 86.43 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE</b> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1772.18 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.02 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; suma cukrów prostych: 90.11 g; Błonnik pokarmowy: 45.61 g; Sól: 2.54 g; WW: 21.79 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/glu 85 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL</b> ),	masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1928.86 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 85.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.2 g; Węglowodany ogółem: 199.44 g; suma cukrów prostych: 34.2 g; Błonnik pokarmowy: 10.16 g; Sól: 4.9 g; WW: 19.04 Por; Cholesterol: 220.09 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.ziemniaki 200 g , .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/glu b/ml 85 g ( <b>JAJ</b> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL</b> ),	wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , miód 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1860.02 kcal; Białko ogółem: 80.6 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.22 g; Węglowodany ogółem: 224.2 g; suma cukrów prostych: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 12.01 g; Sól: .59 g; WW: 21.32 Por; Cholesterol: 98.19 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN</b>		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/glu 85 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1980.98 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 222.12 g; suma cukrów prostych: 41.96 g; Błonnik pokarmowy: 13.39 g; Sól: 5.23 g; WW: 20.98 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML</b>		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/ml 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1690.75 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 52.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.33 g; Węglowodany ogółem: 241.81 g; suma cukrów prostych: 27.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; Sól: 8.56 g; WW: 20.87 Por; Cholesterol: 104.93 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML</b>		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym b/glu b/ml 85 g ( <u>JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1637.25 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 51.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.24 g; Węglowodany ogółem: 231.65 g; suma cukrów prostych: 27.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.5 g; Sól: 8.33 g; WW: 19.92 Por; Cholesterol: 104.93 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Dna moczanowa</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <b>może zawierać: GOR</b> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <b>może zawierać: SEL</b> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	Herbata czarna z/c 250 ml , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.55 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 341.7 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 13.38 g; WW: 29.85 Por; Cholesterol: 117.85 mg;

czwartek 2024-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa</b>		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , miód 2 szt. 50 g ,	kompot z jablek i porzeczeki b/c 200 ml , zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2175.62 kcal; Białko ogółem: 58.77 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.9 g; Węglowodany ogółem: 325.73 g; suma cukrów prostych: 31.73 g; Błonnik pokarmowy: 10.95 g; Sól: 3.81 g; WW: 31.62 Por; Cholesterol: 227.39 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1841.11 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 243.06 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.81 g; Sól: 3.68 g; WW: 20.65 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1948.23 kcal; Białko ogółem: 79.3 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 321.31 g; suma cukrów prostych: 66.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 1.96 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

czwartek 2024-03-07 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 ,	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 ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka 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.: 1368.44 kcal; Białko ogółem: 39.32 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; suma cukrów prostych: 9.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g; Sól: .78 g; WW: 24.26 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), płatki owsiane na mleku - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami - OTS 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), knedle ze śliwką - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), śmietana 18% 100 ml ( <u>MLE</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> ), leczko z kielbasą - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c - OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3237.26 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 149.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 362.74 g; suma cukrów prostych: 116 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g; Sól: 6.53 g; WW: 33.76 Por; Cholesterol: 1102.31 mg;

czwartek 2024-03-07 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> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), płatki owsiane na mleku - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami - OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko - OTS 200 g , gulasz drobiowy - dieta - OTS 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany - OTS 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczko z kielbasą - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c - OTS 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3047.09 kcal; Białko ogółem: 155.1 g; Tłuszcz: 145.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.15 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; suma cukrów prostych: 48.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; Sól: 8.42 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 1053.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.93 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: .27 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1369.65 kcal; Białko ogółem: 38.25 g; Tłuszcz: 12.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.64 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, 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, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1310.33 kcal; Białko ogółem: 42.24 g; Tłuszcz: 19.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.19 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c 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 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 39.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.69 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.68 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.88 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.21 kcal; Białko ogółem: 73.7 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.81 g; suma cukrów prostych: 44.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sól: 2.91 g; WW: 20.16 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , 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 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.: 1867.6 kcal; Białko ogółem: 60.14 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 253.04 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 15.29 g; Sól: 1.44 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz-żyłt. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1595.1 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 45.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 252.5 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.06 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .kotlet pożarski 180 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1000.28 kcal; Białko ogółem: 51.54 g; Tłuszcz: 38.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.11 g; Węglowodany ogółem: 119.16 g; suma cukrów prostych: 12.13 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g; Sól: 5.52 g; WW: 10.39 Por; Cholesterol: 136.76 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1595.1 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 45.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 252.5 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.06 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml , .pasta z drobiu i warzyw 40 g ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wioszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1400.67 kcal; Białko ogółem: 69.27 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.2 g; Węglowodany ogółem: 152.43 g; suma cukrów prostych: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 4.96 g; WW: 14.06 Por; Cholesterol: 179.39 mg;

czwartek 2024-03-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.35 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 314.05 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g; Sól: 10.56 g; WW: 27.27 Por; Cholesterol: 191.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2216.34 kcal; Białko ogółem: 104.1 g; Tłuszcz: 55.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 340.1 g; suma cukrów prostych: 41.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Sól: 7.46 g; WW: 31.13 Por; Cholesterol: 190.29 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .kotlet pożarski 160 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2568.78 kcal; Białko ogółem: 137.76 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; suma cukrów prostych: 61.46 g; Błonnik pokarmowy: 54.13 g; Sól: 10.86 g; WW: 28.47 Por; Cholesterol: 244.96 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	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: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1787.02 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 236.76 g; suma cukrów prostych: 32.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Sól: 8.52 g; WW: 20.52 Por; Cholesterol: 174.48 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 250 g , .kotlet pożarski 180 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516.8 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 45.52 g; Sól: 10.92 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 260.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	Herbata czarna z/c 250 ml , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ),
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.55 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 341.7 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 13.38 g; WW: 29.85 Por; Cholesterol: 117.85 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.04 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 298.29 g; suma cukrów prostych: 46.99 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Sól: 12.23 g; WW: 26.16 Por; Cholesterol: 95.75 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
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 z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.83 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; suma cukrów prostych: 52.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Sól: 7.63 g; WW: 32.1 Por; Cholesterol: 189.79 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
chleb razowy 100 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 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149.57 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; suma cukrów prostych: 48.63 g; Błonnik pokarmowy: 49.28 g; Sól: 12.05 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 199.58 mg;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: C1 b/ziemniaków i jabłka		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , .kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchewka z groszkiem 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2459.16 kcal; Białko ogółem: 125.88 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; suma cukrów prostych: 43.8 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g; Sól: 10.55 g; WW: 31.08 Por; Cholesterol: 191.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07	Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glu b/ml 100 ml , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1937.54 kcal; Białko ogółem: 68.41 g; Tłuszcz: 71.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 262.08 g; suma cukrów prostych: 28.71 g; Błonnik pokarmowy: 12.59 g; Sól: 5.96 g; WW: 25.03 Por; Cholesterol: 71.35 mg;