

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-03-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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>), 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>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2306.78 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 295.69 g; suma cukrów prostych: 53.69 g; Błonnik pokarmowy: 43.68 g; Sól: 12.13 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 459.16 mg;

sobota 2024-03-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.78 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; suma cukrów prostych: 74.89 g; Błonnik pokarmowy: 44.08 g; Sól: 12.14 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 459.16 mg;

sobota 2024-03-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .marchew gotowana 150 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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>), Herbata czarna z/c 400 ml , .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU, MLE</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2562.24 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; suma cukrów prostych: 84.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g; Sól: 15.19 g; WW: 29.79 Por; Cholesterol: 459.16 mg;

sobota 2024-03-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.78 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; suma cukrów prostych: 74.89 g; Błonnik pokarmowy: 44.08 g; Sól: 12.14 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 459.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u> ,), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,),	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2214.22 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 77.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 271.3 g; suma cukrów prostych: 44.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; Sól: 10 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 458.16 mg;

sobota 2024-03-09			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 30g 30 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u> ,), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,),	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2342.47 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; Sól: 10.01 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 458.16 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
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 ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 160 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.79 kcal; Białko ogółem: 146.03 g; Tłuszcz: 86.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 236.6 g; suma cukrów prostych: 49.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.71 g; Sól: 13.91 g; WW: 19.7 Por; Cholesterol: 258.18 mg;

sobota 2024-03-09			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 , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u> ,),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2333.26 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 88.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 269.24 g; suma cukrów prostych: 78.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 12.8 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 497.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			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,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, schab pieczony 80 g, surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: wędlina 30g 30 g, chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1994.99 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 225.2 g; suma cukrów prostych: 42.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 12.28 g; WW: 18.9 Por; Cholesterol: 207.78 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
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, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, schab pieczony 160 g, surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: wędlina 50 g, chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2556.84 kcal; Białko ogółem: 176.17 g; Tłuszcz: 104.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 247.03 g; suma cukrów prostych: 56.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.71 g; Sól: 14.69 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 825.73 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), herbata b/c 400 g,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU, MLE</u>), marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU, MLE</u>), herbata b/c 400 g,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml, chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2165.02 kcal; Białko ogółem: 128.95 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 282.08 g; suma cukrów prostych: 30.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.6 g; Sól: 17.14 g; WW: 25.86 Por; Cholesterol: 184.78 mg;

sobota 2024-03-09			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,	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1211.21 kcal; Białko ogółem: 12.15 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 158.86 g; suma cukrów prostych: 4.14 g; Błonnik pokarmowy: 2.68 g; Sól: 3.09 g; WW: 15.65 Por; Cholesterol: 124.78 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU, MLE</u>), marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU, MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 25 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2233.38 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 320.51 g; suma cukrów prostych: 58.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sól: 16.51 g; WW: 29.89 Por; Cholesterol: 163.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <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> ,), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2179.38 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.6 g; Węglowodany ogółem: 309.11 g; suma cukrów prostych: 50.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Sól: 15.06 g; WW: 29.09 Por; Cholesterol: 163.18 mg;

sobota 2024-03-09			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. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: dżem owocowy 25 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2543.06 kcal; Białko ogółem: 134.38 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Błonnik pokarmowy: 43.88 g; Sól: 12.64 g; WW: 27.48 Por; Cholesterol: 748.93 mg;

sobota 2024-03-09			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;

sobota 2024-03-09			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.: 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;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2719.08 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 98.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; suma cukrów prostych: 51.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.4 g; Sól: 16.04 g; WW: 33.47 Por; Cholesterol: 771.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), .szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), .pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2714.26 kcal; Białko ogółem: 133.78 g; Tłuszcz: 106.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; suma cukrów prostych: 47.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.5 g; Sól: 17.58 g; WW: 29.25 Por; Cholesterol: 817.66 mg;

sobota 2024-03-09			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 ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: 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>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.77 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 214.12 g; suma cukrów prostych: 44 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sól: 12.13 g; WW: 18.13 Por; Cholesterol: 194.68 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 200 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2189.74 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 80 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 267.23 g; suma cukrów prostych: 63.9 g; Błonnik pokarmowy: 45.39 g; Sól: 12.89 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 208.18 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), margaryna 15 g ,	.ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), .szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 25 g , margaryna 15 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2194.86 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.39 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; suma cukrów prostych: 48.3 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Sól: 10.13 g; WW: 28.44 Por; Cholesterol: 613.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	.kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jablek b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.19 kcal; Białko ogółem: 102.8 g; Tłuszcz: 81.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 288.87 g; suma cukrów prostych: 41.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sól: 6.19 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 884.73 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1072.51 kcal; Białko ogółem: 34.96 g; Tłuszcz: 39.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.2 g; Węglowodany ogółem: 154.89 g; suma cukrów prostych: 20.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; Sól: 6.24 g; WW: 13.38 Por; Cholesterol: 92.68 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Atopowa
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kisiel z jablek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jablek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1983.55 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.92 g; Węglowodany ogółem: 269.85 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; Sól: 5.05 g; WW: 23.29 Por; Cholesterol: 164.1 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jablek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2097.94 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 95.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 203.86 g; suma cukrów prostych: 43.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.98 g; Sól: 4.48 g; WW: 19.13 Por; Cholesterol: 710.35 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA
wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.schab pieczony 160 g , .surówka z marchwi, jablek i kukurydzy 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml ,	ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2180.99 kcal; Białko ogółem: 118.8 g; Tłuszcz: 106.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.5 g; Węglowodany ogółem: 198.56 g; suma cukrów prostych: 36.63 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; Sól: 2.79 g; WW: 18.56 Por; Cholesterol: 656.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120g 120 g,	.schab pieczony 80 g, .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120g 120 g,
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, chleb bezglutenowy 30g 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2097.94 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 95.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 203.86 g; suma cukrów prostych: 43.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.98 g; Sól: 4.48 g; WW: 19.13 Por; Cholesterol: 710.35 mg;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,	.kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g, .surówka z marchwi i jabłek b/ml 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, margaryna 15 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.19 kcal; Białko ogółem: 102.8 g; Tłuszcz: 81.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 288.87 g; suma cukrów prostych: 41.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sól: 6.19 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 884.73 mg;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g, chleb bezglutenowy 120g 120 g,	.schab pieczony 160 g, .surówka z marchwi i jabłek b/ml 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, .szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g, sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml,	ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g,
		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, margaryna 15 g, chleb bezglutenowy 30g 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2131.89 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 102.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 196.91 g; suma cukrów prostych: 36.52 g; Błonnik pokarmowy: 15.98 g; Sól: 2.76 g; WW: 18.41 Por; Cholesterol: 656.35 mg;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1072.51 kcal; Białko ogółem: 34.96 g; Tłuszcz: 39.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.2 g; Węglowodany ogółem: 154.89 g; suma cukrów prostych: 20.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; Sól: 6.24 g; WW: 13.38 Por; Cholesterol: 92.68 mg;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1211.21 kcal; Białko ogółem: 12.15 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 158.86 g; suma cukrów prostych: 4.14 g; Błonnik pokarmowy: 2.68 g; Sól: 3.09 g; WW: 15.65 Por; Cholesterol: 124.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g,				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2545.12 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 96.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 239.66 g; suma cukrów prostych: 33.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g; Sól: 8.05 g; WW: 21.8 Por; Cholesterol: 800.21 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g,				Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.31 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 261.6 g; suma cukrów prostych: 59.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Sól: 10.59 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 745.14 mg;

sobota 2024-03-09			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, .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),		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.: 1572.51 kcal; Białko ogółem: 49.49 g; Tłuszcz: 34.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.11 g; Węglowodany ogółem: 269.49 g; suma cukrów prostych: 11.39 g; Błonnik pokarmowy: 18.6 g; Sól: 3.85 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), majonez saszetka 15 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku OTS 400 g (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry - ots 100 g,		zupa ogórkowa z ziemniakami - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron ugotowany - ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), gulasz drobiowy - ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), brokuł z bułką tartą - ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c - ots 200 ml, .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),		chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml, ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),	
				Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mus z truskawek - ots 200 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3420.01 kcal; Białko ogółem: 160.47 g; Tłuszcz: 154.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Sól: 13.06 g; WW: 32.67 Por; Cholesterol: 1543.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), majonez saszetka 30 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), ryż na mleku OTS 400 g (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry - ots 100 g ,	zupa ogórkowa z ziemniakami - ots 40 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron ugotowany - ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), gulasz drobiowy - ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), brokuł z bułką tartą - ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c - ots 200 ml , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml , ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),			
			Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3162.08 kcal; Białko ogółem: 148.81 g; Tłuszcz: 160.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.41 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; suma cukrów prostych: 52.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.99 g; Sól: 12.01 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 1465.27 mg;

sobota 2024-03-09			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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 965.47 kcal; Białko ogółem: 56.13 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 92.99 g; suma cukrów prostych: 2.63 g; Błonnik pokarmowy: 5.02 g; Sól: 4.78 g; WW: 8.88 Por; Cholesterol: 99.98 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Ścisła 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	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.: 1307.17 kcal; Białko ogółem: 41.1 g; Tłuszcz: 25.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.44 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; suma cukrów prostych: 1.99 g; Błonnik pokarmowy: 9.88 g; Sól: 3.34 g; WW: 21.92 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Ścisła 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	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.: 1573.72 kcal; Białko ogółem: 48.42 g; Tłuszcz: 26.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.56 g; Węglowodany ogółem: 284.47 g; suma cukrów prostych: 2.05 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 3.64 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Ścisła 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	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.: 1514.4 kcal; Białko ogółem: 52.41 g; Tłuszcz: 33.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.28 g; Węglowodany ogółem: 252.02 g; suma cukrów prostych: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 13.54 g; Sól: 4.16 g; WW: 23.92 Por; Cholesterol: 94.63 mg;

sobota 2024-03-09			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>), .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</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 kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1175.27 kcal; Białko ogółem: 70.85 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 124.52 g; suma cukrów prostych: 52.36 g; Błonnik pokarmowy: 6.65 g; Sól: 5.25 g; WW: 11.78 Por; Cholesterol: 181.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			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. 10 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</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 150 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>),				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2301.08 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 244.71 g; suma cukrów prostych: 45.93 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g; Sól: 5.98 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 259.77 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny			
wafle ryżowe 40 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , 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.: 1808.87 kcal; Białko ogółem: 68.65 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 246.41 g; suma cukrów prostych: 20.99 g; Błonnik pokarmowy: 15.6 g; Sól: 4.6 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 164.8 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa			
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>),		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		chleb mieszany psz.-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2117.99 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 284.66 g; suma cukrów prostych: 98.94 g; Błonnik pokarmowy: 53.53 g; Sól: 7.76 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 674.81 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 250 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),				

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 963.03 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz: 34.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.8 g; Węglowodany ogółem: 122.23 g; suma cukrów prostych: 21.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; Sól: 6.56 g; WW: 10.32 Por; Cholesterol: 75.98 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: banan 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2117.99 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 284.66 g; suma cukrów prostych: 98.94 g; Błonnik pokarmowy: 53.53 g; Sól: 7.76 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 674.81 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)			
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 734.01 kcal; Białko ogółem: 25.96 g; Tłuszcz: 35.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 78.79 g; suma cukrów prostych: 14.32 g; Błonnik pokarmowy: 5.38 g; Sól: 4.45 g; WW: 7.43 Por; Cholesterol: 91.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna 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>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.78 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 304.99 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 43.68 g; Sól: 12.37 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 471.16 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2304.22 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 77.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 293.1 g; suma cukrów prostych: 65.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Sól: 10.01 g; WW: 26.95 Por; Cholesterol: 458.16 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 250 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 160 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna 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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 162.32 g; Tłuszcz: 93.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 44.92 g; Sól: 12.56 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 521.56 mg;

sobota 2024-03-09			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 ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .schab pieczony 160 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2029.79 kcal; Białko ogółem: 135.51 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 215.87 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 12.09 g; WW: 18.16 Por; Cholesterol: 233.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 250 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 160 g , .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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>), 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>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2764.9 kcal; Białko ogółem: 163.34 g; Tłuszcz: 100.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Błonnik pokarmowy: 46.02 g; Sól: 12.83 g; WW: 28.03 Por; Cholesterol: 799.33 mg;

sobota 2024-03-09			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. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .surówka z marchwi i jabłek 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .kotlety ziemniaczane 320 g (<u>GLU, JAJ</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>), 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>), dżem owocowy 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2382.2 kcal; Białko ogółem: 83.8 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; suma cukrów prostych: 63.92 g; Błonnik pokarmowy: 44.27 g; Sól: 9.52 g; WW: 29.07 Por; Cholesterol: 688.73 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .marchew gotowana 150 g , .szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2597.97 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; suma cukrów prostych: 77.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; Sól: 15.58 g; WW: 31.49 Por; Cholesterol: 458.16 mg;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.kapuśniak z białej kapusty 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .schab pieczony 80 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .marchew gotowana 150 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2539.42 kcal; Białko ogółem: 132.57 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; suma cukrów prostych: 57.36 g; Błonnik pokarmowy: 48.84 g; Sól: 17.74 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 439.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09		Jadłospis dla diety: C1 b/ziemniaków i jabłka	
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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ.</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kapuśniak z białej kapusty bez ziemniaków 350 g (<u>SEL.</u> <u>może zawierać: SEL, GOR.</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU.</u>), .schab pieczony 80 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: GOR.</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , .marchew gotowana 150 g ,	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>), 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>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 287.7 g; suma cukrów prostych: 51.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g; Sól: 15.29 g; WW: 25.25 Por; Cholesterol: 471.16 mg;