

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.69 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 293.02 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; Sól: 9.17 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 127.4 mg;

piątek 2024-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , drożdżówka 1 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2463.89 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 342.42 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 40.42 g; Sól: 9.43 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 162.4 mg;

piątek 2024-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2159.98 kcal; Białko ogółem: 97.6 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.4 g; Węglowodany ogółem: 287.29 g; suma cukrów prostych: 48.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.86 g; Sól: 9.15 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 127.4 mg;

piątek 2024-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; suma cukrów prostych: 68.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sól: 9.43 g; WW: 30.37 Por; Cholesterol: 162.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2698.33 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 98.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; suma cukrów prostych: 83.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.84 g; Sól: 10.63 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 197.9 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .jabłko gotowane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), mandarynka 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2462.71 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; suma cukrów prostych: 86.89 g; Błonnik pokarmowy: 48.49 g; Sól: 9.4 g; WW: 30.52 Por; Cholesterol: 162.4 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.09 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; suma cukrów prostych: 59.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; Sól: 8.45 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 121.68 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2170.59 kcal; Białko ogółem: 93.3 g; Tłuszcz: 70.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 288.1 g; suma cukrów prostych: 78.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g; Sól: 8.52 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 190.68 mg;

piątek 2024-03-22			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .brokuł gotowany 150 g ,	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 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g , serek do smarowania 40 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.75 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 244.8 g; suma cukrów prostych: 40.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g; Sól: 11.12 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 165.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .brokuł gotowany 150 g,	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 250 ml,
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1762.23 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 218.35 g; suma cukrów prostych: 38.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 8.33 g; WW: 18.92 Por; Cholesterol: 95.31 mg;

piątek 2024-03-22 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .surówka z kapusty kiszzonej 150 g,	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 250 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.6 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 89.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 304.24 g; suma cukrów prostych: 82.5 g; Błonnik pokarmowy: 49.06 g; Sól: 10.35 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 167.21 mg;

piątek 2024-03-22 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .surówka z kapusty kiszzonej 150 g,	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 250 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.04 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 297.46 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Błonnik pokarmowy: 42.22 g; Sól: 12.02 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 99.29 mg;

piątek 2024-03-22 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .surówka z kapusty kiszzonej 150 g,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, serek do smarowania 40 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2185.76 kcal; Białko ogółem: 122.29 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 248.3 g; suma cukrów prostych: 43.3 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; Sól: 11.82 g; WW: 21.57 Por; Cholesterol: 187.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22 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. 5g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , marchewka gotowana 100 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko gotowane 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.05 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 308 g; suma cukrów prostych: 53.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g; Sól: 11.33 g; WW: 27.59 Por; Cholesterol: 66.8 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 250 ml , marchewka gotowana 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko gotowane 150 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb PKU 30g 30 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2177.47 kcal; Białko ogółem: 50.57 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 302.45 g; suma cukrów prostych: 45.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g; Sól: 5.65 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 122.25 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko gotowane 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.74 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 285.07 g; suma cukrów prostych: 85.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g; Sól: 9.99 g; WW: 25.74 Por; Cholesterol: 63.8 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko gotowane 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2104.32 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 273.84 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Sól: 8.54 g; WW: 24.97 Por; Cholesterol: 121.68 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko 150 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2672.58 kcal; Białko ogółem: 125.76 g; Tłuszcz: 91.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Błonnik pokarmowy: 47.2 g; Sól: 10.46 g; WW: 30.01 Por; Cholesterol: 194.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

piątek 2024-03-22 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;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 25 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL, _</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .jabłko gotowane 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL, _</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2466.36 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; suma cukrów prostych: 69.1 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; Sól: 8.71 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 121.68 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL, _</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL, _</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2453.1 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 98.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; suma cukrów prostych: 49.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g; Sól: 10.29 g; WW: 28.26 Por; Cholesterol: 124.68 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g ,	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 250 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1804.06 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 230.76 g; suma cukrów prostych: 48.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Sól: 9.8 g; WW: 19.96 Por; Cholesterol: 95.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2112.37 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 84.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 261.08 g; suma cukrów prostych: 55.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.5 g; Sól: 10.77 g; WW: 22.75 Por; Cholesterol: 153.69 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna	
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 100g 100 g ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 350 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .jabłko gotowane 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2003.04 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.18 g; Węglowodany ogółem: 260.48 g; suma cukrów prostych: 72.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 8.02 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 555.55 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 350 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2017.31 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 273.8 g; suma cukrów prostych: 51.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; Sól: 8.59 g; WW: 23.74 Por; Cholesterol: 556.55 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Atopowa	
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 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 ,	
II Śniadanie: banany 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1690.23 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 42.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 262.82 g; suma cukrów prostych: 110.14 g; Błonnik pokarmowy: 48.41 g; Sól: 2.6 g; WW: 21.8 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN	
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku b/glut 180 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.23 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 202.95 g; suma cukrów prostych: 51.55 g; Błonnik pokarmowy: 13.43 g; Sól: 5.84 g; WW: 19.12 Por; Cholesterol: 124.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 400 g ( <b>SEL, może zawierać: SEL, GOR,</b> ), ziemniaki 200 g , .ryba po grecku b/glut 180 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ,</b> ),			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , jabłko 150 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2022.18 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 96.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.64 g; Węglowodany ogółem: 209.76 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sól: 5.72 g; WW: 18.53 Por; Cholesterol: 555.55 mg;					

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE,</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR,</b> ), ziemniaki 200 g , .ryba po grecku b/glut 180 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE,</b> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE,</b> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2055.23 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 97.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 214.35 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Sól: 7.29 g; WW: 19.92 Por; Cholesterol: 124.68 mg;					

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <b>GLU,</b> ),	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ ml 350 g ( <b>SEL, może zawierać: SEL, GOR,</b> ), ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <b>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ,</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 15 g , sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2113.44 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; suma cukrów prostych: 57.14 g; Błonnik pokarmowy: 44.77 g; Sól: 9.7 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 559.05 mg;					

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 400 g ( <b>SEL, może zawierać: SEL, GOR,</b> ), ziemniaki 200 g , .ryba po grecku b/glut 180 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ,</b> ),			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2164.44 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 111.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 211.58 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sól: 5.69 g; WW: 19.71 Por; Cholesterol: 555.55 mg;					

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE,</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ), ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <b>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE,</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ,</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2532.74 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 96.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; suma cukrów prostych: 62.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sól: 9.73 g; WW: 29.6 Por; Cholesterol: 705.95 mg;					

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 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 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jaja 2 szt ( <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.: 1868.66 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 243.17 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.81 g; Sól: 7.96 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 835.79 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 60 g, sałata zielona masłowa 20 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.: 2010.44 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 169.68 mg;

piątek 2024-03-22 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;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
makaron drobny na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słoniu 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	krupnik z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), fasolka szparagowa z bulką tartą 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3093.46 kcal; Białko ogółem: 137.29 g; Tłuszcz: 132.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.62 g; Węglowodany ogółem: 350.4 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Sól: 4.89 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 841.91 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słoniu 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	krupnik z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), fasolka szparagowa z bulką tartą 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, sok pomidorowy 300 ml 1 szt,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2858.58 kcal; Białko ogółem: 144.99 g; Tłuszcz: 139.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 278.13 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Sól: 6.27 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 816.41 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Ścista dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 911.07 kcal; Białko ogółem: 46.1 g; Tłuszcz: 44.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 83.3 g; suma cukrów prostych: 1.05 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 8 Por; Cholesterol: 124.02 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.93 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;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 114.69 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.68 g; Sól: 2.17 g; WW: 10.88 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jaja 1 szt ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.26 kcal; Białko ogółem: 81.2 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21 g; Węglowodany ogółem: 259.65 g; suma cukrów prostych: 25.9 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 476.41 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 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 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , ogórek świeży 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.: 1613.26 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; suma cukrów prostych: 20.19 g; Błonnik pokarmowy: 14.93 g; Sól: 1.55 g; WW: 22.58 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 15 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.: 1615.22 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 249.15 g; suma cukrów prostych: 117.5 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 3.3 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 223.83 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .surówka z kapusty kiszzonej 200 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 879.78 kcal; Białko ogółem: 32.56 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.6 g; Węglowodany ogółem: 99.08 g; suma cukrów prostych: 20.58 g; Błonnik pokarmowy: 12.17 g; Sól: 3.64 g; WW: 8.8 Por; Cholesterol: 1.71 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
II Śniadanie: banany 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1615.22 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 249.15 g; suma cukrów prostych: 117.5 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 3.3 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 223.83 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jabłko 150 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2167.59 kcal; Białko ogółem: 108.1 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 259.05 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; Sól: 8.63 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 177.18 mg;

piątek 2024-03-22			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: mandarynka 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2437.38 kcal; Białko ogółem: 122.52 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 300.12 g; suma cukrów prostych: 57.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g; Sól: 10 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 157.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2532.74 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 96.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; suma cukrów prostych: 62.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sól: 9.73 g; WW: 29.6 Por; Cholesterol: 705.95 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotletry sojowe b/ml 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , margaryna 15 g ,	
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1970.22 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.74 g; Węglowodany ogółem: 296.2 g; suma cukrów prostych: 66.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Sól: 8.58 g; WW: 26 Por; Cholesterol: 1 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna	
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .jabłko gotowane 150 g ,	masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2325.01 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 315.27 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Sól: 8.85 g; WW: 28.91 Por; Cholesterol: 159.68 mg;

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa	
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba po grecku 180 g ( <u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g ,	Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2734.11 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 105.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 344.38 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 44.14 g; Sól: 14.67 g; WW: 30.18 Por; Cholesterol: 209.19 mg;