

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2317.83 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 91.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; suma cukrów prostych: 76.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sól: 8.88 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 226.75 mg;

czwartek 2024-03-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: banan 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jogurt owocowy brzoskwiinowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2565.05 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 100.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; suma cukrów prostych: 83.8 g; Błonnik pokarmowy: 44.95 g; Sól: 9.27 g; WW: 28.15 Por; Cholesterol: 510.53 mg;

czwartek 2024-03-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2397.33 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 94.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; suma cukrów prostych: 76.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sól: 8.88 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 226.75 mg;

czwartek 2024-03-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2568.33 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; suma cukrów prostych: 102.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.7 g; Sól: 9.02 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 247.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .buraczki zasmażane 150 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2763.8 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 128.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; suma cukrów prostych: 38.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.1 g; Sól: 13.79 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 340.25 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2568.33 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; suma cukrów prostych: 102.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.7 g; Sól: 9.02 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 247.75 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: banan 200 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2099.55 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; suma cukrów prostych: 86.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sól: 8.03 g; WW: 25.85 Por; Cholesterol: 205.68 mg;

czwartek 2024-03-28 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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2270.55 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; suma cukrów prostych: 112.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.3 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.45 Por; Cholesterol: 226.68 mg;

czwartek 2024-03-28 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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), kalfior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	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 , sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1999.8 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.8 g; Węglowodany ogółem: 249.87 g; suma cukrów prostych: 27.89 g; Błonnik pokarmowy: 37.6 g; Sól: 8.09 g; WW: 21.48 Por; Cholesterol: 218.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28			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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 160 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kaliafor gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.49 kcal; Białko ogółem: 136.04 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 207.51 g; suma cukrów prostych: 24.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; Sól: 7.49 g; WW: 18.07 Por; Cholesterol: 781.2 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kaliafor gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 20 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2177.62 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.17 g; Węglowodany ogółem: 288.01 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.73 g; Sól: 8.11 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 251.33 mg;

czwartek 2024-03-28			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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kaliafor gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,		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.: 1917.78 kcal; Białko ogółem: 107.6 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 249.41 g; suma cukrów prostych: 27.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sól: 8.09 g; WW: 21.46 Por; Cholesterol: 218.25 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kaliafor gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 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 20 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2424.85 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 100.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.56 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; suma cukrów prostych: 29.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; Sól: 9.01 g; WW: 22.99 Por; Cholesterol: 819.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28 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 , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,	.buraczki zasmażane 150 g , .szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1969.95 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 53.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 251.14 g; suma cukrów prostych: 15.31 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g; Sól: 10.01 g; WW: 23.54 Por; Cholesterol: 110.15 mg;

czwartek 2024-03-28 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 , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,	.buraczki zasmażane 150 g , .szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2042.09 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 280.13 g; suma cukrów prostych: 56.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 10.16 g; WW: 26.43 Por; Cholesterol: 131.15 mg;

czwartek 2024-03-28 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 , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,	.buraczki zasmażane 150 g , .szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2216.67 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.7 g; Węglowodany ogółem: 280.3 g; suma cukrów prostych: 56.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 10.16 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 189.03 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2784.38 kcal; Białko ogółem: 121.18 g; Tłuszcz: 112.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; suma cukrów prostych: 102.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.7 g; Sól: 9.56 g; WW: 29.84 Por; Cholesterol: 803.3 mg;

czwartek 2024-03-28 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28 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;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.buraki z jabłkami 150 g , .szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2449.57 kcal; Białko ogółem: 115.3 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 310.93 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; Sól: 10.28 g; WW: 29.21 Por; Cholesterol: 228.48 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.buraki z jabłkami 150 g , .szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2301.73 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 88.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.7 g; Węglowodany ogółem: 272.91 g; suma cukrów prostych: 23.25 g; Błonnik pokarmowy: 19.58 g; Sól: 10.31 g; WW: 25.51 Por; Cholesterol: 262.98 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1775.5 kcal; Białko ogółem: 102.3 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 227.96 g; suma cukrów prostych: 32.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.84 g; Sól: 7.36 g; WW: 19.61 Por; Cholesterol: 192.95 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 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 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2098.31 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 260.44 g; suma cukrów prostych: 39.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g; Sól: 8.03 g; WW: 22.32 Por; Cholesterol: 251.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , margaryna 15 g ,	.buraki z jabłkami 150 g , ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , margaryna 15 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1775.97 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.97 g; Węglowodany ogółem: 250.74 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; Sól: 10.02 g; WW: 23.41 Por; Cholesterol: 58 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 160 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2009.7 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.14 g; Węglowodany ogółem: 292.26 g; suma cukrów prostych: 94.14 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; Sól: 7.89 g; WW: 25.44 Por; Cholesterol: 672.55 mg;

czwartek 2024-03-28			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;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1985.98 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 217.26 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 17.25 g; Sól: 4.65 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 708.23 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2019 kcal; Białko ogółem: 136.73 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.74 g; Węglowodany ogółem: 207.86 g; suma cukrów prostych: 69.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.25 g; Sól: 4.41 g; WW: 19.26 Por; Cholesterol: 613.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 160 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1943.14 kcal; Białko ogółem: 121.82 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 183.99 g; suma cukrów prostych: 26.83 g; Błonnik pokarmowy: 12.17 g; Sól: 4.77 g; WW: 17.32 Por; Cholesterol: 766.23 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 160 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,			
			Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1973.86 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.94 g; Węglowodany ogółem: 279.54 g; suma cukrów prostych: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 39.37 g; Sól: 7.89 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 672.55 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,			
			Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2023.5 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.55 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; suma cukrów prostych: 36.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.97 g; Sól: 4.42 g; WW: 21.45 Por; Cholesterol: 613.55 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety z brokuła 200 g (<u>GLU, JAJ</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
			Posiłek nocny: banan 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2290.79 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 311.08 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.81 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.61 Por; Cholesterol: 714.23 mg;

czwartek 2024-03-28			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, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, 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, ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1869.68 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 243.37 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.87 g; Sól: 7.96 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 835.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28			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, sałatka 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.: 2011.46 kcal; Białko ogółem: 81.8 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 322.1 g; suma cukrów prostych: 66.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.73 Por; Cholesterol: 169.68 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,	ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1368.44 kcal; Białko ogółem: 39.32 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; suma cukrów prostych: 9.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g; Sól: .78 g; WW: 24.26 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), Naleśniki z serem ots 240 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), jabłko pieczone ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), puree ziemniaczane ots 200 g (<u>MLE</u>), Pulpet drobiowy ots 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy ots 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchew duszona ots 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), ser fromage 80g ots 1 szt (<u>MLE</u>), sałatka z selera i wędliny ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2769.22 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 98.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.7 g; Węglowodany ogółem: 362.66 g; suma cukrów prostych: 109.95 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sól: 4.63 g; WW: 32.21 Por; Cholesterol: 556.83 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
ryż na mleku 400 g (<u>MLE</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), puree ziemniaczane 200 g (<u>MLE</u>), Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchew duszona 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser fromage 80g 1 szt (<u>MLE</u>), sałatka z selera i wędliny 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2978.01 kcal; Białko ogółem: 147.95 g; Tłuszcz: 137.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; suma cukrów prostych: 58.73 g; Błonnik pokarmowy: 47.09 g; Sól: 8.6 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 674.94 mg;

czwartek 2024-03-28			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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.93 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .27 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>),			

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

czwartek 2024-03-28			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany 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;

czwartek 2024-03-28			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, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), kakao 30 g (<u>GLU, _</u>), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ, _</u>), marchwianka 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2205.28 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21 g; Węglowodany ogółem: 259.85 g; suma cukrów prostych: 26.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 476.41 mg;

czwartek 2024-03-28			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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 15 g (<u>MLE</u>), twaróg 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 ,
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;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 896.17 kcal; Białko ogółem: 35.08 g; Tłuszcz: 36.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.58 g; Węglowodany ogółem: 112.13 g; suma cukrów prostych: 21.47 g; Błonnik pokarmowy: 15.33 g; Sól: 4.22 g; WW: 9.73 Por; Cholesterol: 80.62 mg;

czwartek 2024-03-28		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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2350.05 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; suma cukrów prostych: 112.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.3 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.45 Por; Cholesterol: 226.68 mg;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .buraki z jabłkami 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2397.33 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 94.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; suma cukrów prostych: 76.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sól: 8.88 g; WW: 27.06 Por; Cholesterol: 226.75 mg;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety z brokuła 200 g (<u>GLU, JAJ</u>),	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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2290.79 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 311.08 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.81 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.61 Por; Cholesterol: 714.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA	
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , hummus 65 g (<u>SEZ</u>),	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g ,	
		Posiłek nocny: banan 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2044.45 kcal; Białko ogółem: 48.07 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.97 g; Węglowodany ogółem: 336.48 g; suma cukrów prostych: 99.55 g; Błonnik pokarmowy: 44.49 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.47 Por; Cholesterol: 1 mg;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna	
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .buraczki zasmażane 150 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2785.04 kcal; Białko ogółem: 136.07 g; Tłuszcz: 100.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; suma cukrów prostych: 61.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Sól: 12.68 g; WW: 32.5 Por; Cholesterol: 282.18 mg;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa	
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),	.szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .buraczki zasmażane 150 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2887.6 kcal; Białko ogółem: 130.99 g; Tłuszcz: 125.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g; suma cukrów prostych: 43.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 14.66 g; WW: 27.95 Por; Cholesterol: 583.33 mg;