

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (GLU), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), .śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (RYB, MLE), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 30 g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2251.62 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 95.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; suma cukrów prostych: 47.75 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Sól: 18.87 g; WW: 24.32 Por; Cholesterol: 231.15 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
|--|---|--|
| chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), .ziemniaki 250 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (GLU), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), pomidor 100 g , .śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (RYB, MLE), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlna 50 g , |
| | | Posiłek nocny: .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2564.51 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 100.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; suma cukrów prostych: 51.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.95 g; Sól: 19.34 g; WW: 29.25 Por; Cholesterol: 245.35 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|---|---|---|
| chleb razowy 100 g (GLU), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (GLU, MLE), sos do obiadu 100 g , | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), pomidor 100 g , wędlna 50 g , chleb razowy 100 g (GLU), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (MLE), masło 82% tł. 10 g (MLE), chleb razowy 50g 50 g (GLU), papryka świeża 50 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 30 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2077.76 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 271.03 g; suma cukrów prostych: 65.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.99 g; Sól: 8.35 g; WW: 23.63 Por; Cholesterol: 214.58 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
|---|---|---|
| chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (GLU, MLE), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , | chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE), pomidor 100 g , wędlna 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (MLE), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 30 g (MLE), papryka świeża 50 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2313.48 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; suma cukrów prostych: 89.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g; Sól: 8.65 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 209.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych | | |
|--|---|---|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (<u>GLU</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | miód 2 szt. 50 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2735.63 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 97.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 370.59 g; suma cukrów prostych: 91.02 g; Błonnik pokarmowy: 40.62 g; Sól: 9.28 g; WW: 33.18 Por; Cholesterol: 217.35 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca | | |
|--|--|---|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .sos do obiadu 100 g , | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2369.82 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; suma cukrów prostych: 88.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; Sól: 9.09 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 223.48 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 250 ml , miód 2 szt. 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2074.57 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; suma cukrów prostych: 39.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; Sól: 7.33 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 220.98 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|--|--|--|
| pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g , wędlina 50 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , | serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), pomidor 100 g , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2250.3 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 304.59 g; suma cukrów prostych: 70.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.53 g; Sól: 7.04 g; WW: 28.84 Por; Cholesterol: 241.98 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|---|--|---|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), papryka świeża 50 g , | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2093.96 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.7 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; suma cukrów prostych: 39.35 g; Błonnik pokarmowy: 41.79 g; Sól: 8.81 g; WW: 24.14 Por; Cholesterol: 225.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police |
|---|--|---|
| wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , | | Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1773.51 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 53.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 219.49 g; suma cukrów prostych: 34 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g; Sól: 8.3 g; WW: 18.88 Por; Cholesterol: 215.5 mg;

| środa 2024-04-03 | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) |
|---|---|---|
| wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), pomidor 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , papryka świeża 50 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2106.73 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 85.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 252.3 g; suma cukrów prostych: 59.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Sól: 7.92 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 269.68 mg;

| środa 2024-04-03 | | 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 , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1893.77 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 234.21 g; suma cukrów prostych: 29.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.6 g; Sól: 17.95 g; WW: 19.95 Por; Cholesterol: 209.2 mg;

| środa 2024-04-03 | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) |
|---|--|---|
| pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g , |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2669.58 kcal; Białko ogółem: 187.43 g; Tłuszcz: 102.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45 g; Węglowodany ogółem: 279.97 g; suma cukrów prostych: 41.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.88 g; Sól: 19.02 g; WW: 24.15 Por; Cholesterol: 368.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|---|---|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1948.51 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 274.38 g; suma cukrów prostych: 23.57 g; Błonnik pokarmowy: 18.79 g; Sól: 8.02 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 138.3 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|--|--|---|
| chleb PKU 120g 120 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , .ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .buraczki zasmażane 150 g , | masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , chleb PKU 120g 120 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1965.16 kcal; Białko ogółem: 52.69 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; suma cukrów prostych: 33.21 g; Błonnik pokarmowy: 13.09 g; Sól: 6.02 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 203.78 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2076.76 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 52.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 316.32 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 7.76 g; WW: 29.14 Por; Cholesterol: 150.3 mg;

| środa 2024-04-03 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>), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2236.14 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.75 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; suma cukrów prostych: 53.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 7.52 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 220.98 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal) | | |
|--|---|---|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (<u>GLU</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | miód 2 szt. 50 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2707.72 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 95.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; suma cukrów prostych: 93.77 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g; Sól: 18.23 g; WW: 33.22 Por; Cholesterol: 230.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 | | | 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.: 2239.25 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 139.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.5 g; suma cukrów prostych: 4.17 g; Błonnik pokarmowy: 5.02 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.42 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

| środa 2024-04-03 | | | 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.: 2291.51 kcal; Białko ogółem: 128.19 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 149.6 g; suma cukrów prostych: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 6.01 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.55 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
|---|--|---|-----------------------------------|---|--|
| Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL, _</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL, _</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE, _</u>), | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos do obiadu 100 g , | | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), dżem owocowy 50 g , | |
| | | | | Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2250.43 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.8 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; Sól: 7.31 g; WW: 27.79 Por; Cholesterol: 230.76 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL, _</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL, _</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos do obiadu 100 g , | | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), dynia gotowana 100 g , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | | | Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.68 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; suma cukrów prostych: 51.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Sól: 7.64 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 242.76 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|--|--|---|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU, MLE, _</u>), sos do obiadu 100 g , | | masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , wędlina 50 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE, _</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1705.8 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 212.48 g; suma cukrów prostych: 30.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 7.2 g; WW: 18.32 Por; Cholesterol: 190.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|---|--|---|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), wędlina 50 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g (GLU), | .koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 250 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (GLU, MLE), sos do obiadu 100 g , | masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), pomidor 150 g , śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (RYB, MLE), chleb razowy 120g 120 g (GLU), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 30 g (MLE), papryka świeża 100 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2049.06 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 258.18 g; suma cukrów prostych: 53.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 18.62 g; WW: 22.14 Por; Cholesterol: 238.68 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|--|--|---|
| Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (SEL), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (SEL), dynia gotowana 100 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1986.52 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.26 g; Węglowodany ogółem: 264.65 g; suma cukrów prostych: 54.7 g; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; Sól: 7.39 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 58 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA | | |
|--|---|--|
| chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (SEL), |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1972.21 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.2 g; Węglowodany ogółem: 287.16 g; suma cukrów prostych: 61.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.21 g; Sól: 7.94 g; WW: 25.06 Por; Cholesterol: 59.5 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Atopowa | | |
|--|--|--|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 15 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (MLE), 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: banan 200 g , marchwianka 300 ml , | | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (GLU), Mus z jabłek b/c 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1631.46 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 40.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.02 g; Węglowodany ogółem: 253.15 g; suma cukrów prostych: 90.83 g; Błonnik pokarmowy: 45.8 g; Sól: 2.57 g; WW: 21.08 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---|---|--|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), pomidor 100 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (SEL), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , miód 2 szt. 50 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.59 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 246.39 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Błonnik pokarmowy: 11.81 g; Sól: 3.98 g; WW: 23.66 Por; Cholesterol: 165.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | miód 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u> ,), |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.61 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 82.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: .95 g; Węglowodany ogółem: 246.41 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Błonnik pokarmowy: 11.81 g; Sól: 3.98 g; WW: 23.67 Por; Cholesterol: 58 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN | | |
|---|---|---|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> ,), | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> ,), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1960.51 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 182.2 g; suma cukrów prostych: 16.72 g; Błonnik pokarmowy: 11.49 g; Sól: 3.85 g; WW: 17.29 Por; Cholesterol: 190.28 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|--|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u> ,), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2097.58 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.28 g; Węglowodany ogółem: 228.48 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; Sól: 7.86 g; WW: 19.56 Por; Cholesterol: 115 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|---|---|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | margaryna 15 g , pomidor 100 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u> ,), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.73 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 123.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.47 g; Węglowodany ogółem: 189.47 g; suma cukrów prostych: 16.4 g; Błonnik pokarmowy: 11.49 g; Sól: 3.85 g; WW: 18.03 Por; Cholesterol: 58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa | | |
|--|--|---|
| chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , buraczki zasmażane 150 g , | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , |
| | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1759.71 kcal; Białko ogółem: 51.13 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23 g; Węglowodany ogółem: 247.06 g; suma cukrów prostych: 39.3 g; Błonnik pokarmowy: 11.57 g; Sól: 5.27 g; WW: 23.66 Por; Cholesterol: 157.2 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 | | |
|---|--|---|
| chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | sos do obiadu 100 g , dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1977.38 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 249.2 g; suma cukrów prostych: 49.2 g; Błonnik pokarmowy: 39.43 g; Sól: 7.92 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 789.74 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 | | |
|--|--|---|
| chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 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.: 1945.19 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 41.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; suma cukrów prostych: 66.58 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.65 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

| środa 2024-04-03 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.: 1369.36 kcal; Białko ogółem: 39.28 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 260.48 g; suma cukrów prostych: 10.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; Sól: .8 g; WW: 24.3 Por; Cholesterol: 0 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|--|--|--|
| chleb graham OTS 30 g (<u>GLU</u>), bułka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa biała ots 100 g , ketchup saszetka ots 1 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g (<u>MLE</u>), | zupa neapolitańska ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g (<u>JAJ</u>), sos pomidorowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ryba po grecku ots 200 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), miód 25g ots 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3064.42 kcal; Białko ogółem: 126.01 g; Tłuszcz: 131.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 357.51 g; suma cukrów prostych: 48.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sól: 7.64 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 328.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|--|--|--|---|--|--|
| kasza kukurydziana na mleku 400 g (<u>MLE</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa śląska 100 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), ketchup saszetka 1 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, dynia gotowana 100 g, | zupa neapolitańska 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g (<u>MLE</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 2szt 240 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u>), brokuły gotowane z tłuszczem 150 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ryba po grecku ots 200 g (<u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| | | | Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g (<u>SEL</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2984.52 kcal; Białko ogółem: 146.43 g; Tłuszcz: 130.83 g; Kw.łt.nas.ogółem: 54.34 g; Węglowodany ogółem: 320.81 g; suma cukrów prostych: 46.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.4 g; Sól: 9.38 g; WW: 28.54 Por; Cholesterol: 405.18 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu | | |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, | chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, | chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, | | | |

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

| środa 2024-04-03 | | | 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.łt.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;

| środa 2024-04-03 | | | 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.: 1360.2 kcal; Białko ogółem: 37.83 g; Tłuszcz: 12.59 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

| środa 2024-04-03 | | | 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.: 1303.29 kcal; Białko ogółem: 41.89 g; Tłuszcz: 19.76 g; Kw.łt.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; suma cukrów prostych: 5.61 g; Błonnik pokarmowy: 12.84 g; Sól: 1.1 g; WW: 22.94 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Bariatryczna | | |
|---|--|--|-----------------------------------|--|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), | Kisiel z jagód b/c 200 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 967.61 kcal; Białko ogółem: 60.51 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.łt.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.25 g; suma cukrów prostych: 50.67 g; Błonnik pokarmowy: 5.7 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.84 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1 | | |
|---|---|--|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-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 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, 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.: 2263.98 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 260.15 g; suma cukrów prostych: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 465.79 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny | | |
|---|--|--|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml , | | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1577.31 kcal; Białko ogółem: 58.56 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 236.99 g; suma cukrów prostych: 19.39 g; Błonnik pokarmowy: 14.71 g; Sól: 1.45 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa | | |
|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 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: banan 200 g , marchwianka 300 ml , | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1599.88 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz: 41.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 253.76 g; suma cukrów prostych: 98.96 g; Błonnik pokarmowy: 50.58 g; Sól: 3.59 g; WW: 20.76 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny | | |
|---|--|--|
| | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (<u>GLU</u>), .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .medalion z karkówki z cebulą 80 g (<u>GLU</u>), | |
| | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 986.5 kcal; Białko ogółem: 43.31 g; Tłuszcz: 51.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 91.51 g; suma cukrów prostych: 19.09 g; Błonnik pokarmowy: 12.17 g; Sól: 3.9 g; WW: 7.99 Por; Cholesterol: 103.74 mg;

| środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|---|---|---|
| Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , sałata zielona 8g 8 g , | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .buraki z jabłkami 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , | pomidor 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2510.42 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.7 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; suma cukrów prostych: 74.6 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g; Sól: 7.97 g; WW: 34.13 Por; Cholesterol: 245.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej | | |
|---|--|--|--|---|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, miód 2 szt. 50 g, ogórek świeży 100 g, | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, | | masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, wędlina 50 g, chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, | |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), | | | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.97 kcal; Białko ogółem: 97.1 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 274.98 g; suma cukrów prostych: 32.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.87 g; Sól: 8.35 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 198.04 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, ziemniaki 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .buraki z jabłkami 150 g, | | ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | |
| | | | | Posiłek nocny: jabłko 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2034.89 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 288.96 g; suma cukrów prostych: 66.22 g; Błonnik pokarmowy: 48.3 g; Sól: 9.46 g; WW: 24.37 Por; Cholesterol: 174.68 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna | | |
|---|--|--|--|---|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu 100 g, | | miód 2 szt. 50 g, chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, dynia gotowana 100 g, | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2593.7 kcal; Białko ogółem: 122.49 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 389.28 g; suma cukrów prostych: 85.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; Sól: 8.82 g; WW: 36.59 Por; Cholesterol: 205.38 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa | | |
|--|--|--|--|---|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), | | .koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .buraki z jabłkami 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu 100 g, | | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, dynia gotowana 100 g, pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: wędlina 50 g, chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2274.02 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 84.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 289.27 g; suma cukrów prostych: 32.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.06 g; Sól: 9.19 g; WW: 24.84 Por; Cholesterol: 291.08 mg;

| środa 2024-04-03 | | | Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E | | |
|---|--|---|---|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g, | | .koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, ziemniaki 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą b/glutenu 300 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .buraki z jabłkami 150 g, | | ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g, masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | |
| | | | | Posiłek nocny: jabłko 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1900.09 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 95.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 206.16 g; suma cukrów prostych: 60.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; Sól: 6.12 g; WW: 18.35 Por; Cholesterol: 173.68 mg;