

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2145.53 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 280.73 g; suma cukrów prostych: 44.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sól: 10.09 g; WW: 24.72 Por; Cholesterol: 209.18 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2797.18 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.93 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; suma cukrów prostych: 65.96 g; Błonnik pokarmowy: 39 g; Sól: 11.37 g; WW: 34.3 Por; Cholesterol: 261.98 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2172.95 kcal; Białko ogółem: 90.4 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.8 g; Węglowodany ogółem: 287.56 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g; Sól: 10.09 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 209.18 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.46 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Sól: 9.6 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 205.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12			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. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z kapusty kiszzonej b/marchwi, pora,ceb 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. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2874.3 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 103.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 380.93 g; suma cukrów prostych: 63.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; Sól: 11.55 g; WW: 34.51 Por; Cholesterol: 261.98 mg;

piątek 2024-04-12			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. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), .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. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2483.85 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 361.6 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; Sól: 9.83 g; WW: 32.19 Por; Cholesterol: 191.69 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .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>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 100 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2244.09 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; suma cukrów prostych: 46.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.24 g; Sól: 10.41 g; WW: 27.46 Por; Cholesterol: 201.91 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .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>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2646.89 kcal; Białko ogółem: 101.6 g; Tłuszcz: 93.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; suma cukrów prostych: 54.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; Sól: 11.41 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 234.71 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2057.17 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 268.04 g; suma cukrów prostych: 26.45 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; Sól: 8.01 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 154.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>),	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL.</u>), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1879.34 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 227.14 g; suma cukrów prostych: 25.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.7 g; Sól: 7.59 g; WW: 19.69 Por; Cholesterol: 153.66 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g , serek do smarowania 40 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL.</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2185.61 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; suma cukrów prostych: 54.26 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g; Sól: 8.42 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 199.88 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1977.67 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 268.04 g; suma cukrów prostych: 26.45 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; Sól: 8.01 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 154.68 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>), .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), papryka świeża 100 g , serek do smarowania 40 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2539.88 kcal; Białko ogółem: 134.98 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 313.63 g; suma cukrów prostych: 39.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; Sól: 8.8 g; WW: 27.86 Por; Cholesterol: 247.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 70 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 150 g (<u>MLE</u> ,), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2039.7 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.55 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; suma cukrów prostych: 9.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g; Sól: 8.02 g; WW: 26.47 Por; Cholesterol: 64.98 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , wędlina 50 g ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,),	masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , serek wiejski 0 g (<u>MLE</u> ,), ser żółty 0 g (<u>MLE</u> ,), ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,),		Posiłek nocny: pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,), chleb PKU 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2055.08 kcal; Białko ogółem: 52.83 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.54 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; suma cukrów prostych: 13.89 g; Błonnik pokarmowy: 15.06 g; Sól: 6.46 g; WW: 29.76 Por; Cholesterol: 58.5 mg;

piątek 2024-04-12 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 ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> ,), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2069.99 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 48.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 317.44 g; suma cukrów prostych: 35.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; Sól: 7.56 g; WW: 30.19 Por; Cholesterol: 86.38 mg;

piątek 2024-04-12 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 ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> ,), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.77 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 58.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 290.39 g; suma cukrów prostych: 35.43 g; Błonnik pokarmowy: 17.68 g; Sól: 6.99 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 119.46 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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> ,), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,), salata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u> ,), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), ketchup 20 g (<u>SEL</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2668.23 kcal; Białko ogółem: 132.28 g; Tłuszcz: 94.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; suma cukrów prostych: 63.12 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sól: 12.27 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 259.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12		
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.: 2237.18 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 139.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.38 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

piątek 2024-04-12		
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.: 2285.7 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.26 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.43 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE, _</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), pasta z wędliny drob. 100 g ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u>), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU, _</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2684.78 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 373.81 g; suma cukrów prostych: 48 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g; Sól: 7.94 g; WW: 35.81 Por; Cholesterol: 147.72 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE, _</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , pasta z wędliny drob. 100 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u>), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU, _</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE, _</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), .pasta z warzyw 80 g (<u>SEL, _</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2432.92 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 89.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; suma cukrów prostych: 15.23 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 130.72 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), papryka świeża 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1736.34 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz: 57.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 246.94 g; suma cukrów prostych: 31.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g; Sól: 7.39 g; WW: 21.21 Por; Cholesterol: 129.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), pomidor 150 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2084.72 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 29.17 g; Błonnik pokarmowy: 41.15 g; Sól: 9.85 g; WW: 23.14 Por; Cholesterol: 188.26 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
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 , pasta z wędliny drob. 100 g ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g , margaryna 15 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2096.08 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.37 g; Węglowodany ogółem: 300.04 g; suma cukrów prostych: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.5 g; Sól: 7.77 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 53.89 mg;

piątek 2024-04-12		
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>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2156.6 kcal; Białko ogółem: 102 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.26 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; suma cukrów prostych: 41.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; Sól: 9.09 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 109.78 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<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: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1773.51 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.02 g; Węglowodany ogółem: 260.46 g; suma cukrów prostych: 90.79 g; Błonnik pokarmowy: 46.08 g; Sól: 2.57 g; WW: 21.8 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

piątek 2024-04-12		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ryba gotowana b/glut 120 g (<u>RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	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 , wędlina 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), mandarynka 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2019.63 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 193.87 g; suma cukrów prostych: 49.74 g; Błonnik pokarmowy: 11.42 g; Sól: 6.8 g; WW: 18.48 Por; Cholesterol: 157.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g , margaryna 15 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ryba gotowana 120 g (<u>RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .ryba gotowana b/lgut 120 g (<u>RYB</u>),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , paszтет sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2000.82 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: .54 g; Węglowodany ogółem: 187.19 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; Błonnik pokarmowy: 13.54 g; Sól: 5.94 g; WW: 17.63 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ryba gotowana b/glut 120 g (<u>RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2051.53 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 101.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 181.04 g; suma cukrów prostych: 27.05 g; Błonnik pokarmowy: 10.07 g; Sól: 6.86 g; WW: 17.3 Por; Cholesterol: 184.98 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlec rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .kotlec rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),	.kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 50 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2124.67 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.18 g; Węglowodany ogółem: 273.87 g; suma cukrów prostych: 36.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.2 g; Sól: 11.77 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 111.68 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g , margaryna 15 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ryba gotowana 120 g (<u>RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .ryba gotowana b/glut 120 g (<u>RYB</u>),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , paszтет sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1905.71 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 89.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: .54 g; Węglowodany ogółem: 181.83 g; suma cukrów prostych: 31.27 g; Błonnik pokarmowy: 14.57 g; Sól: 5.93 g; WW: 16.98 Por; Cholesterol: 0 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kottlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2031.44 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 270.34 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sól: 9.15 g; WW: 23.59 Por; Cholesterol: 237.36 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udzca 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 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1848.47 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 244.88 g; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 7.92 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

piątek 2024-04-12			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, MLE, SEL</u>), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU, JAJ, 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, MLE</u>), Mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1941.04 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 41.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.56 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1366.32 kcal; Białko ogółem: 39.21 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.77 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .8 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), omlet na słonko ots 150 g (<u>JAJ, MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), zacierka na mleku ots 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryba pieczona ots 120 g (<u>RYB</u>), pieczone ziemniaki ots 200 g , warzywa po grecku ots 150 g (<u>SEL, może zawierać: SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal ots 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), dżem szt ots 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3325.04 kcal; Białko ogółem: 127.4 g; Tłuszcz: 154.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 363.29 g; suma cukrów prostych: 91.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 7.95 g; WW: 33 Por; Cholesterol: 1361.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
zacierka na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), omlet na słońce 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), pomidor b/skóry 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ryba pieczona 120 g (<u>RYB</u> ,), pieczone ziemniaki 200 g, warzywa po grecku 150 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u> ,), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), brokuł gotowany 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3011.66 kcal; Białko ogółem: 125.31 g; Tłuszcz: 164.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 7.28 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1353.11 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g,

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

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,

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

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1360.2 kcal; Białko ogółem: 37.83 g; Tłuszcz: 12.59 g; Kw.tł.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;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1304.4 kcal; Białko ogółem: 41.92 g; Tłuszcz: 19.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 241.88 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.1 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	Kisiel z jagód b/c 200 ml, serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> ,),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 966.51 kcal; Białko ogółem: 60.48 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.81 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2012.52 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 233.82 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.94 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1864.86 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 252.42 g; suma cukrów prostych: 19.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.32 g; Sól: 1.45 g; WW: 23.98 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz-żyłt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1596.43 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 41.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 252.95 g; suma cukrów prostych: 98.92 g; Błonnik pokarmowy: 50.53 g; Sól: 3.59 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), .surówka z kapusty kiszzonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 863.97 kcal; Białko ogółem: 49.62 g; Tłuszcz: 33.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.34 g; Węglowodany ogółem: 96.7 g; suma cukrów prostych: 11.61 g; Błonnik pokarmowy: 11.94 g; Sól: 4.15 g; WW: 8.57 Por; Cholesterol: 55.56 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .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>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 100 g ,
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2646.89 kcal; Białko ogółem: 101.6 g; Tłuszcz: 93.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; suma cukrów prostych: 54.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; Sól: 11.41 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 234.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z kapusty kiszonej 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2031.44 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 270.34 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sól: 9.15 g; WW: 23.59 Por; Cholesterol: 237.36 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , paszтет sojowy 113 g (<u>SOJ</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1998.48 kcal; Białko ogółem: 47.46 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.21 g; Węglowodany ogółem: 312.52 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; Sól: 7.96 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 1 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2765.69 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 102.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; suma cukrów prostych: 55.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Sól: 9.76 g; WW: 33.82 Por; Cholesterol: 234.71 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .kotlet rybny 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z kapusty kiszonej b/marchwi, pora,ceb 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2830.26 kcal; Białko ogółem: 135.75 g; Tłuszcz: 127.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.51 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; suma cukrów prostych: 48.4 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 14.03 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 357.28 mg;

piątek 2024-04-12			Jadłospis dla diety: specjalna bezmleczna i bez jaj		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g ,	.krupnik z płatków 400 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , pulpet rybny b/jaj 90 g (<u>GLU, RYB</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g , margaryna 15 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2090.68 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.25 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; suma cukrów prostych: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.5 g; Sól: 7.76 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12	Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E	
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE.), ser żółty 50 g (MLE.), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 650.53 kcal; Białko ogółem: 23.97 g; Tłuszcz: 38.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 54.21 g; suma cukrów prostych: 8.29 g; Błonnik pokarmowy: .22 g; Sól: 1.14 g; WW: 5.4 Por; Cholesterol: 76.84 mg;