

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-04-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2310.55 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 72.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; suma cukrów prostych: 79.21 g; Błonnik pokarmowy: 44.61 g; Sól: 9.9 g; WW: 28.93 Por; Cholesterol: 288.26 mg;

sobota 2024-04-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2640.1 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 376.83 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Błonnik pokarmowy: 46.53 g; Sól: 10.42 g; WW: 33.41 Por; Cholesterol: 320.26 mg;

sobota 2024-04-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2116.15 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 294.1 g; suma cukrów prostych: 80.9 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 9.65 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 255.24 mg;

sobota 2024-04-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2400.55 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 72.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; suma cukrów prostych: 100.41 g; Błonnik pokarmowy: 45.01 g; Sól: 9.91 g; WW: 31.03 Por; Cholesterol: 288.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>_</u>), ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), paszтет zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u>), jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 Por ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2836.04 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 82.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 413.79 g; suma cukrów prostych: 95.64 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g; Sól: 10.85 g; WW: 37.44 Por; Cholesterol: 386.26 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>_</u>), ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), paszтет zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2389.63 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 350.13 g; suma cukrów prostych: 100.48 g; Błonnik pokarmowy: 44.6 g; Sól: 8.15 g; WW: 30.94 Por; Cholesterol: 288.26 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem owocowy 50 g , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>_</u>), ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2365.13 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Sól: 9.42 g; WW: 31.88 Por; Cholesterol: 218.46 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem owocowy 50 g , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>_</u>), ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2455.13 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; suma cukrów prostych: 111.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.98 Por; Cholesterol: 218.46 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , <u>_</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2297.57 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; suma cukrów prostych: 35.6 g; Błonnik pokarmowy: 48.62 g; Sól: 10.11 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 218.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: GOR), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: salata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1876.05 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.5 g; Węglowodany ogółem: 252.6 g; suma cukrów prostych: 32.35 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Sól: 7.07 g; WW: 21.5 Por; Cholesterol: 167.78 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: GOR), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2600.9 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 93.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 340.23 g; suma cukrów prostych: 73.16 g; Błonnik pokarmowy: 59.48 g; Sól: 10.15 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 268 mg;

sobota 2024-04-13 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: GOR), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 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>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.07 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; suma cukrów prostych: 35.6 g; Błonnik pokarmowy: 48.62 g; Sól: 10.11 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 218.38 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: GOR), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,		Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2769.14 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 100.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.54 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; suma cukrów prostych: 54.3 g; Błonnik pokarmowy: 49.37 g; Sól: 10.63 g; WW: 30.34 Por; Cholesterol: 300 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2189.49 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; suma cukrów prostych: 26.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Sól: 11.29 g; WW: 30.68 Por; Cholesterol: 152.58 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, seler gotowany 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2223.9 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.5 g; Węglowodany ogółem: 338.43 g; suma cukrów prostych: 70.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Sól: 10.6 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 165.38 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, seler gotowany 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.9 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 310.98 g; suma cukrów prostych: 70.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Sól: 10.03 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 165.38 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ryż 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .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>), pasztecet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2658.45 kcal; Białko ogółem: 134.57 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 371.64 g; suma cukrów prostych: 91.49 g; Błonnik pokarmowy: 45.36 g; Sól: 10.18 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 308.26 mg;

sobota 2024-04-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2285.7 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.łt.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;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</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>), pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 100 g ,	
II Śniadanie:			Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2405.67 kcal; Białko ogółem: 101.5 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw.łt.nas.ogółem: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; suma cukrów prostych: 85.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sól: 10.74 g; WW: 28.87 Por; Cholesterol: 295.61 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g ,		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</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>), pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 100 g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: Herbata czarna b/c 250 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2440.66 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 105.02 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.41 g; Węglowodany ogółem: 280.94 g; suma cukrów prostych: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; Sól: 10.98 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 343.11 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1944.29 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 272.85 g; suma cukrów prostych: 54.46 g; Błonnik pokarmowy: 50.59 g; Sól: 9.1 g; WW: 22.45 Por; Cholesterol: 179.78 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie:			Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2153.93 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw.łt.nas.ogółem: 31.5 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; suma cukrów prostych: 45.59 g; Błonnik pokarmowy: 45.5 g; Sól: 10.35 g; WW: 24.98 Por; Cholesterol: 226.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1846.3 kcal; Białko ogółem: 69.76 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.35 g; Węglowodany ogółem: 290.95 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.9 g; Sól: 8.01 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 85.78 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2017.08 kcal; Białko ogółem: 91.3 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.83 g; Węglowodany ogółem: 304.64 g; suma cukrów prostych: 74.1 g; Błonnik pokarmowy: 44.87 g; Sól: 7.28 g; WW: 26.34 Por; Cholesterol: 140.78 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 15 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2037.06 kcal; Białko ogółem: 70.15 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.55 g; Sól: 1.72 g; WW: 25.41 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2010.09 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 242.46 g; suma cukrów prostych: 74.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g; Sól: 5.84 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 216.86 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
papryka świeża 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 350 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1939.51 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.72 g; Węglowodany ogółem: 234.11 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g; Sól: 3.76 g; WW: 21.54 Por; Cholesterol: 139.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, chleb bezglutenowy 120g 120 g,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 350 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb bezglutenowy 120g 120 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2044.52 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 86.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 214.51 g; suma cukrów prostych: 24.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.12 g; Sól: 5.38 g; WW: 19.61 Por; Cholesterol: 190.18 mg;

sobota 2024-04-13		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina 100g 100 g,	.szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 350 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 35 g (<u>SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, rzodkiewka 40g 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2291.48 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.55 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; suma cukrów prostych: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 48.49 g; Sól: 9.96 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 143.18 mg;

sobota 2024-04-13		Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML
margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, chleb bezglutenowy 120g 120 g,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 350 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g, .rolada mielona drobiowa w sosie b/ml b/glutenu 80 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb bezglutenowy 120g 120 g, margaryna 15 g, pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g, margaryna 15 g, hummus 35 g (<u>SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g, margaryna 15 g, rzodkiewka 40g 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2292.79 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 118.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.5 g; Węglowodany ogółem: 225.72 g; suma cukrów prostych: 19.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g; Sól: 3.85 g; WW: 20.59 Por; Cholesterol: 139.78 mg;

sobota 2024-04-13		Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa
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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, hummus 35 g (<u>SEZ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .leczko z warzyw 250 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .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>), pasztet sojowy 65 g (<u>SOJ</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1865.31 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 255.75 g; suma cukrów prostych: 81.9 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g; Sól: 8.65 g; WW: 21.62 Por; Cholesterol: 113.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2			
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,					Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2034.14 kcal; Białko ogółem: 67.45 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 230.43 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; Sól: 3.63 g; WW: 20.07 Por; Cholesterol: 233 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3			
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 100 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>), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 20 g ,					Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , kakao 30 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2031.88 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 274.6 g; suma cukrów prostych: 51.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.9 g; Sól: 4.8 g; WW: 24.49 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

sobota 2024-04-13			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;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
bułka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), dynia gotowana ots 100 g , serek wiejski ots 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU, MLE</u>),		kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU, JAJ</u>), Mus z jabłek prażonych ots 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,		
					Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u>), biszkopty ots 50 g (<u>GLU, JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3342.7 kcal; Białko ogółem: 121.8 g; Tłuszcz: 125.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 439.23 g; suma cukrów prostych: 138.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; Sól: 6.54 g; WW: 40.84 Por; Cholesterol: 297.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa biała - ots 120g, ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kalafior z bułką tartą 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c 200 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3255.33 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 153.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; suma cukrów prostych: 47.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.22 Por; Cholesterol: 267.7 mg;

sobota 2024-04-13			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;

sobota 2024-04-13			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;

sobota 2024-04-13			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;

sobota 2024-04-13			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;

sobota 2024-04-13			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

sobota 2024-04-13			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.: 2265.09 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 260.4 g; suma cukrów prostych: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 465.79 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,		wafle ryżowe 50 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 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.: 1660.53 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.19 g; Węglowodany ogółem: 251.33 g; suma cukrów prostych: 18.96 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 1.49 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>),		kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,				Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1937.46 kcal; Białko ogółem: 69.27 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 73.7 g; Błonnik pokarmowy: 49.64 g; Sól: 4.31 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 457.28 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1052.21 kcal; Białko ogółem: 62.49 g; Tłuszcz: 30.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 137.91 g; suma cukrów prostych: 13.84 g; Błonnik pokarmowy: 14.71 g; Sól: 2.39 g; WW: 12.55 Por; Cholesterol: 171.56 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),		.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ</u>),				Posiłek nocny: banan 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2766.53 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 75.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 413.24 g; suma cukrów prostych: 121.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; Sól: 9.77 g; WW: 38.65 Por; Cholesterol: 307.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2191.05 kcal; Białko ogółem: 114.86 g; Tłuszcz: 73.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Sól: 9.1 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 289.26 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , hummus 35 g (<u>SEZ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .leczko z warzyw 250 g (<u>GLU, może zawierać: SEL</u>), .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), pasztet sojowy 65 g (<u>SOJ</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1865.31 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 255.75 g; suma cukrów prostych: 81.9 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g; Sól: 8.65 g; WW: 21.62 Por; Cholesterol: 113.68 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , hummus 65 g (<u>SEZ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.szpinakowa z ziemniakami b/ml b/glu 350 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), .leczko z warzyw 250 g (<u>GLU, może zawierać: SEL</u>), .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g (<u>SEL</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>), margaryna 15 g , pasztet sojowy 65 g (<u>SOJ</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1679.59 kcal; Białko ogółem: 39.21 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.36 g; Węglowodany ogółem: 249.13 g; suma cukrów prostych: 74.81 g; Błonnik pokarmowy: 42.24 g; Sól: 6.57 g; WW: 20.97 Por; Cholesterol: 1 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jablko gotowane 150 Por ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2868.72 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 415.22 g; suma cukrów prostych: 98.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.36 g; Sól: 12.01 g; WW: 37.55 Por; Cholesterol: 386.26 mg;

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ryż 200 g , .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g (<u>SEL</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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), cukinia gotowana 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>), wędlina 30g 30 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2947.47 kcal; Białko ogółem: 133.43 g; Tłuszcz: 105.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; suma cukrów prostych: 42.56 g; Błonnik pokarmowy: 52.86 g; Sól: 13.14 g; WW: 34.51 Por; Cholesterol: 358.86 mg;