

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                |
| czwartek 2025-04-03                      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                        |
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2441.38 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 318.34 g; suma cukrów prostych: 43.68 g; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 258.87 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-04-03                      Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                        |
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 250 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2775.77 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 101.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; suma cukrów prostych: 58.99 g; Błonnik pokarmowy: 48.25 g; Sól: 8.49 g; WW: 32.69 Por; Cholesterol: 278.87 mg;

|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-04-03                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2260.42 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; suma cukrów prostych: 49.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.92 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 249.15 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2025-04-03                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                         |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2313.55 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 79.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 311.22 g; suma cukrów prostych: 46.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; Sól: 10.77 g; WW: 28.15 Por; Cholesterol: 258.27 mg;







## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2064.33 kcal; Białko ogółem: 44.5 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; suma cukrów prostych: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 15.81 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 192.91 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.58 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 61.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 9.74 g; WW: 29.52 Por; Cholesterol: 160.17 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.15 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; suma cukrów prostych: 71.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g; Sól: 10.16 g; WW: 29.6 Por; Cholesterol: 225.25 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2762.08 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Sól: 8.46 g; WW: 31.17 Por; Cholesterol: 278.87 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                       |                                                                                                                                       |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                                                       | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.42 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 130.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 7 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.49 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                     |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2017.96 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 290.96 g; suma cukrów prostych: 62.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.2 g; Sól: 9.92 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 145.74 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dżem owocowy 50 g , Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2086.47 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.3 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; suma cukrów prostych: 52.6 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; Sól: 7.59 g; WW: 25.25 Por; Cholesterol: 97.77 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.36 kcal; Białko ogółem: 129.86 g; Tłuszcz: 87.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; suma cukrów prostych: 36.44 g; Błonnik pokarmowy: 44.14 g; Sól: 5.52 g; WW: 26.87 Por; Cholesterol: 283.97 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1819.47 kcal; Białko ogółem: 59.98 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 255.42 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Sól: 1.99 g; WW: 22 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.44 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 102.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.29 g; Węglowodany ogółem: 213.13 g; suma cukrów prostych: 40.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.51 g; Sól: 2.04 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 268.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , papryka świeża 100 g ,                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1876.81 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 209.36 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 12.51 g; Sól: 1.92 g; WW: 19.74 Por; Cholesterol: 105.14 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1915.26 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 194.09 g; suma cukrów prostych: 22.34 g; Błonnik pokarmowy: 12.11 g; Sól: 2.04 g; WW: 18.31 Por; Cholesterol: 222.64 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                          |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , papryka świeża 100 g ,                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1993.34 kcal; Białko ogółem: 111.8 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.54 g; Węglowodany ogółem: 269.31 g; suma cukrów prostych: 38.79 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 7.58 g; WW: 23.14 Por; Cholesterol: 93.84 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                        |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy b/ml, b/glut 200 g , sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                               |                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , papryka świeża 100 g ,                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1904.83 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 197.98 g; suma cukrów prostych: 30.89 g; Błonnik pokarmowy: 14.75 g; Sól: 4.17 g; WW: 18.45 Por; Cholesterol: 91.14 mg;

| czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dżem 2 szt. 50 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.55 kcal; Białko ogółem: 66.5 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.83 g; Węglowodany ogółem: 320 g; suma cukrów prostych: 65.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 7.54 g; WW: 28.29 Por; Cholesterol: 278.24 mg;



Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-03                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g , ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), |  |  | brokułowa z ziemniakami -ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem - ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ),                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3316.96 kcal; Bialko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 134.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 8.05 g; WW: 34.77 Por; Cholesterol: 629.64 mg;

| czwartek 2025-04-03                                                                                                                                                                               |  |  | Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  |  | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udziec z kurczaka gotowany 120 g , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                            |  |  | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                   |  |  | Posiłek nocny: jablko pieczone 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.6 kcal; Bialko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 306.56 g; suma cukrów prostych: 67.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; Sól: 7.7 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 279.1 mg;

| czwartek 2025-04-03                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), |  |  | brokułowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy ots 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kalfior gotowany z olejem ots 150 g , 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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2950.41 kcal; Bialko ogółem: 169.69 g; Tłuszcz: 145.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; suma cukrów prostych: 44.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 8.57 g; WW: 23.78 Por; Cholesterol: 956.79 mg;

| czwartek 2025-04-03                                                                          |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |  |  | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |
|                                                                                              |  |  | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; Bialko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| czwartek 2025-04-03                                                                                                             |  |  | 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; Bialko ogółem: 30.89 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: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

| czwartek 2025-04-03                                                                                                                                                                                      |  |  | 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> , <u>może zawierać: GOR</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> , <u>może zawierać: GOR</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> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.27 kcal; Bialko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;





Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-03Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , | fasolowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2086.79 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 269.75 g; suma cukrów prostych: 44.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 10.46 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 246.19 mg;

| czwartek 2025-04-03Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , | fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.05 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 79.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; suma cukrów prostych: 45.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Sól: 10.54 g; WW: 26.65 Por; Cholesterol: 258.27 mg;

| czwartek 2025-04-03Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | fasolowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.27 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 95.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.6 g; Węglowodany ogółem: 203.72 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g; Sól: 8.58 g; WW: 17.44 Por; Cholesterol: 303.24 mg;

| czwartek 2025-04-03Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 5 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - jarska 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka szwedzka 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2199.39 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; suma cukrów prostych: 32.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.36 g; Sól: 5.71 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 292.54 mg;

| czwartek 2025-04-03Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2365.24 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; suma cukrów prostych: 65.9 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g; Sól: 10.34 g; WW: 28.6 Por; Cholesterol: 280.75 mg;



