

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                         |
| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 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> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2348.23 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 92.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; suma cukrów prostych: 56.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Sól: 9.05 g; WW: 26.9 Por; Cholesterol: 483.03 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                 |
| makaron drobny 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 250 g , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2616.95 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 97.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 342.9 g; suma cukrów prostych: 72.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g; Sól: 9.36 g; WW: 30.96 Por; Cholesterol: 503.03 mg;

|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-09                      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> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2335.83 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; suma cukrów prostych: 65.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g; Sól: 8.73 g; WW: 26.95 Por; Cholesterol: 407.43 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                  |
| 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> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2439.08 kcal; Białko ogółem: 107.4 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; suma cukrów prostych: 92.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Sól: 5.53 g; WW: 34.91 Por; Cholesterol: 241.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, | 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.73 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 95.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.8 g; Węglowodany ogółem: 373.7 g; suma cukrów prostych: 109.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 12.97 g; WW: 34.32 Por; Cholesterol: 503.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | bulka 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2447.06 kcal; Białko ogółem: 107.4 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; suma cukrów prostych: 94.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Sól: 5.53 g; WW: 35.11 Por; Cholesterol: 241.18 mg;

| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 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> ), 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.69 kcal; Białko ogółem: 111 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; suma cukrów prostych: 55.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sól: 10.25 g; WW: 30.29 Por; Cholesterol: 303.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.76 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31 g; Węglowodany ogółem: 273.33 g; suma cukrów prostych: 86.66 g; Błonnik pokarmowy: 16.33 g; Sól: 4.09 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 231.24 mg;

| poniedziałek 2025-06-09                      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.22 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 289.71 g; suma cukrów prostych: 88.24 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g; Sól: 4.25 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 240.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2599.92 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 388.6 g; suma cukrów prostych: 101.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g; Sól: 5.89 g; WW: 37.01 Por; Cholesterol: 260.58 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                       | Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g,                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2445.84 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 330.5 g; suma cukrów prostych: 52.48 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sól: 10.75 g; WW: 28.56 Por; Cholesterol: 242.05 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kasza gryczana na sypko 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sałata zielona 20 g,                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: sałata zielona 20 g,                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1853.95 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 256.19 g; suma cukrów prostych: 29.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; Sól: 6.22 g; WW: 22.16 Por; Cholesterol: 205.35 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                                                 | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1994.69 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 226.41 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Sól: 6.18 g; WW: 18.94 Por; Cholesterol: 283.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                   | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g ,<br>jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g ,                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2271.89 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 287.37 g; suma cukrów prostych: 69.5 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 7.7 g; WW: 24.1 Por; Cholesterol: 285.13 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina<br>50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza<br>gryczana na sypko 200 g , Zrazik drobiowy z<br>udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i<br>marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c<br>200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek<br>wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), salata zielona<br>20 g ,                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.34 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 309.77 g; suma cukrów prostych: 37.33 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; Sól: 9.14 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 230.05 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb<br>razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina<br>50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z<br>kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kasza gryczana<br>na sypko 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                               | Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), salata zielona<br>20 g ,                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2690.22 kcal; Białko ogółem: 126.03 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 355 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sól: 10.87 g; WW: 31.04 Por; Cholesterol: 283.13 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki<br>gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , sos<br>pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g<br>( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt<br>naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1990.75 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 53.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 270.89 g; suma cukrów prostych: 32.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; Sól: 10.41 g; WW: 25.02 Por; Cholesterol: 202.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.16 kcal; Białko ogółem: 50.16 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 287.6 g; suma cukrów prostych: 37.23 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.99 Por; Cholesterol: 213.61 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 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> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2229.08 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 352.35 g; suma cukrów prostych: 91.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; Sól: 10.69 g; WW: 33.15 Por; Cholesterol: 198.55 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2549.29 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; suma cukrów prostych: 78.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; Sól: 11.1 g; WW: 34.3 Por; Cholesterol: 279.31 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2588.73 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 92.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 338.78 g; suma cukrów prostych: 75.1 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; Sól: 8.71 g; WW: 30.84 Por; Cholesterol: 426.23 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                   |                                                                                                                                            |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , selerowa z ziemniakami - 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.: 2061.15 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 130.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.33 g; Węglowodany ogółem: 117.5 g; suma cukrów prostych: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.87 g; WW: 11.09 Por; Cholesterol: 1045.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Papkowata                              |                                                                                                                                              |                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml , selerowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | 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.: 2106.55 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 130.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.3 g; Węglowodany ogółem: 128.75 g; suma cukrów prostych: 7.73 g; Błonnik pokarmowy: 9.47 g; Sól: 1.87 g; WW: 12.14 Por; Cholesterol: 1043.34 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2602.47 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 90.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; suma cukrów prostych: 72.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.31 g; Sól: 10.12 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 268.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2458.57 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; suma cukrów prostych: 40.3 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; Sól: 11.52 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 248.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g ,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1786.27 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 230.93 g; suma cukrów prostych: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Sól: 6.69 g; WW: 19.92 Por; Cholesterol: 220.71 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 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> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2402.7 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 88.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 310.1 g; suma cukrów prostych: 38.53 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; Sól: 9.06 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 263.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | 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 , |
|                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.11 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.26 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; suma cukrów prostych: 52.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.8 g; Sól: 8.24 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      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 , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | 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 , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), salata zielona 20 g ,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.23 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 271.03 g; suma cukrów prostych: 38.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g; Sól: 6.74 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 120.97 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2103 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 247.94 g; suma cukrów prostych: 38.9 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; Sól: 8.15 g; WW: 21.67 Por; Cholesterol: 233.91 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                         |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1681.04 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 247.39 g; suma cukrów prostych: 91.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.74 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.6 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2120.88 kcal; Białko ogółem: 94.3 g; Tłuszcz: 108.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 201.75 g; suma cukrów prostych: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Sól: 5.1 g; WW: 18.64 Por; Cholesterol: 256.95 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2077.7 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 108.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.23 g; Węglowodany ogółem: 196.34 g; suma cukrów prostych: 13.76 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Sól: 3.28 g; WW: 18.04 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2173.48 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 107.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 211.01 g; suma cukrów prostych: 26.89 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Sól: 5.34 g; WW: 19.54 Por; Cholesterol: 256.55 mg;

| poniedziałek 2025-06-09      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,   |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.7 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.8 g; Węglowodany ogółem: 265.86 g; suma cukrów prostych: 35.08 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 9.36 g; WW: 22.52 Por; Cholesterol: 122.17 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 100 g , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), salata zielona 20 g ,      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2114.46 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 102.62 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.7 g; Węglowodany ogółem: 213.86 g; suma cukrów prostych: 27.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.23 g; Sól: 9.23 g; WW: 19.55 Por; Cholesterol: 119.47 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 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> ), pasta z brokułu 100 g , ogórek kiszony 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.66 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw.łł.nas.ogółem: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 347.73 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Sól: 7.51 g; WW: 31.57 Por; Cholesterol: 335.23 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), |
|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1810.06 kcal; Białko ogółem: 43.46 g; Tłuszcz: 67.93 g; Kw.łł.nas.ogółem: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 259.93 g; suma cukrów prostych: 30.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 7.35 g; WW: 24.25 Por; Cholesterol: 176.81 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw.łł.nas.ogółem: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 240.07 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; Sól: 7.93 g; WW: 20.38 Por; Cholesterol: 784.14 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1959.82 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 45.49 g; Kw.łł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 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 ,                                  | zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</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 ,                            |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), | gryskowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB, _</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g , warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL, _</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> rogal ots 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), dżem szt ots 25 g ,                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3487.4 kcal; Białko ogółem: 141.47 g; Tłuszcz: 166.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 66.99 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; suma cukrów prostych: 91.86 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 9.05 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 1396.61 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.26 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 352.49 g; suma cukrów prostych: 91.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; Sól: 10.69 g; WW: 33.18 Por; Cholesterol: 244.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), | gryskowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB, _</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g , warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL, _</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), Mus z jabłek b/c ots 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), brokuł gotowany ots 150 g ,                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3170.66 kcal; Białko ogółem: 139.22 g; Tłuszcz: 176.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 66.31 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 8.4 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1388.61 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                  |                                                                                                    |                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU, _</u> ), | 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; Białko 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: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)                                    |                                                                                                            |                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 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;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                            |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko 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;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                       |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 238.36 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.42 g; Sól: 1.08 g; WW: 22.65 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                         |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE, _</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE, _</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                                                 |                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1734.77 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 111.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Błonnik pokarmowy: 1.4 g; Sól: 1.21 g; WW: 12.66 Por; Cholesterol: 355.72 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                                     |                                                                               |                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                           |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),                                                                 |                                                                               | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, _</u> ), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ, _</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ, _</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.35 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; suma cukrów prostych: 22.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                    | Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 924.77 kcal; Białko ogółem: 46.06 g; Tłuszcz: 34.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 111.6 g; suma cukrów prostych: 12.59 g; Błonnik pokarmowy: 13.11 g; Sól: 1.93 g; WW: 10.01 Por; Cholesterol: 226.27 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474.69 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 330.16 g; suma cukrów prostych: 62.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sól: 10.49 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 315.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), pasta z brokułu 100 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), naleśniki ze szpinakiem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.52 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 85.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; suma cukrów prostych: 60.5 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g; Sól: 8.24 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 371.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z brokułu 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 3 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1891.91 kcal; Białko ogółem: 47.99 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.3 g; Węglowodany ogółem: 242.91 g; suma cukrów prostych: 38.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; Sól: 6.07 g; WW: 20.6 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1815.76 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.8 g; Węglowodany ogółem: 241.48 g; suma cukrów prostych: 86.03 g; Błonnik pokarmowy: 14.44 g; Sól: 5.15 g; WW: 22.79 Por; Cholesterol: 231.24 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Naleśniki z serem 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.02 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 290.44 g; suma cukrów prostych: 87.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.9 g; Sól: 5.99 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 240.58 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                                                         | selerowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , ziemniaki gotowane 100 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1843.31 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 196.58 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.5 g; Sól: 7.72 g; WW: 16.23 Por; Cholesterol: 274.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokuła 100 g , ogórek kiszony 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2166.9 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 291.36 g; suma cukrów prostych: 47.35 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Sól: 8.7 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 168.06 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2556.04 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.6 g; Węglowodany ogółem: 363.89 g; suma cukrów prostych: 96.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; Sól: 10.39 g; WW: 34.34 Por; Cholesterol: 303.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.83 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 80.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; suma cukrów prostych: 66.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.39 g; Sól: 12.28 g; WW: 25.89 Por; Cholesterol: 282.43 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                               | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,                   |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2069.38 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; suma cukrów prostych: 57.55 g; Błonnik pokarmowy: 47.3 g; Sól: 7.47 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 452.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN dziecięca                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,                                                | selerowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rzodkiewka 40 g, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2243.41 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 110.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 215.95 g; suma cukrów prostych: 54.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; Sól: 5.27 g; WW: 19.44 Por; Cholesterol: 278.25 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, | 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.73 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 95.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.8 g; Węglowodany ogółem: 373.7 g; suma cukrów prostych: 109.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 12.97 g; WW: 34.32 Por; Cholesterol: 503.03 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Ściśła Police Chirurgia |                                               |                                               |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,                        | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), | grycikowa z ziemniakami - dieta ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |
|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb graham 50 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g,                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.62 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 280.17 g; suma cukrów prostych: 65.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sól: 3.75 g; WW: 24.44 Por; Cholesterol: 683.7 mg;

| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS                  |                                                                                                                                |                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),   |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,                                   |                                                                                                                                | Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 894.75 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 31.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 120.1 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.1 g; WW: 10.38 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

