

Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                  |
| sobota 2025-11-22                      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2355.21 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; Sól: 8.46 g; WW: 26.08 Por; Cholesterol: 329.99 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2025-11-22                      Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2464.76 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 99.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.7 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sól: 8.23 g; WW: 27.07 Por; Cholesterol: 349.99 mg;

|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2025-11-22                      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 , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2276.28 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 300.08 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; Sól: 6.79 g; WW: 26.95 Por; Cholesterol: 301.74 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2025-11-22                      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                         |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 60 g ( <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 , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 200 g ,                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.4 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 95.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; Sól: 6.99 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 350.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 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> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2608.48 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sól: 11.35 g; WW: 29.05 Por; Cholesterol: 361.99 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <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, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2301.73 kcal; Białko ogółem: 119.1 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 283.02 g; suma cukrów prostych: 89.88 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 308.94 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.56 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.23 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; suma cukrów prostych: 64.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sól: 7.45 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 348.79 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.12 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 251.47 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g; Sól: 5.45 g; WW: 23.64 Por; Cholesterol: 328.56 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2271.86 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 98.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.7 g; Węglowodany ogółem: 264.46 g; suma cukrów prostych: 90.5 g; Błonnik pokarmowy: 17.26 g; Sól: 6.17 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 359.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2778.56 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 105.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; suma cukrów prostych: 103.37 g; Błonnik pokarmowy: 21 g; Sól: 7.82 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 379.79 mg;

| sobota 2025-11-22 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. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                                         |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                     | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2427.95 kcal; Białko ogółem: 130.56 g; Tłuszcz: 99.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.82 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; suma cukrów prostych: 41.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.87 g; Sól: 7.02 g; WW: 24.39 Por; Cholesterol: 466 mg;

| sobota 2025-11-22 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: papryka świeża 100 g,                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: rzodkiewka 40 g, Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1814.14 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 241.25 g; suma cukrów prostych: 33.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Sól: 6.07 g; WW: 20.77 Por; Cholesterol: 181.99 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                             | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.03 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 98.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.31 g; Węglowodany ogółem: 232.17 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; Sól: 6.59 g; WW: 20.45 Por; Cholesterol: 417.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 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 , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml ,                           | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g<br>, Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,<br>pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g<br>,                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.23 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 100.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; suma cukrów prostych: 67.43 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sól: 8.11 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 418.64 mg;

| sobota 2025-11-22 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 , papryka konserwowa 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 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> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 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. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL,<br/>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2167.06 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 276.38 g; suma cukrów prostych: 34.99 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Sól: 7.56 g; WW: 23.76 Por; Cholesterol: 377.42 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g<br>( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka<br>konserwowa 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150<br>g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL,<br/>GOR</u> ), sałata zielona 20 g ,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2630.44 kcal; Białko ogółem: 140.48 g; Tłuszcz: 105.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.44 g; Sól: 8.02 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 486 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g ,<br>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> ),<br>wędlina 100g 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł.<br>5 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta<br>warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.57 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.3 g; Węglowodany ogółem: 280.23 g; suma cukrów prostych: 19.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g; Sól: 7.94 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 191.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 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 , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 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 , sałatka z buraczków 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.58 kcal; Białko ogółem: 49.25 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 274.79 g; suma cukrów prostych: 29.99 g; Błonnik pokarmowy: 13.7 g; Sól: 6.22 g; WW: 26.13 Por; Cholesterol: 240.15 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), wafle ryżowe 50 g ,                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.39 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 53.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 333.2 g; suma cukrów prostych: 68.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sól: 9.4 g; WW: 31.38 Por; Cholesterol: 196.06 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.56 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.4 g; Węglowodany ogółem: 312 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g; Sól: 9.6 g; WW: 29.44 Por; Cholesterol: 286.34 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.24 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 99.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.66 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Sól: 8.28 g; WW: 26.34 Por; Cholesterol: 349.99 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                         |                                                                                                                                |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zacierkowa - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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.: 2039.52 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 129.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 112.99 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.72 g; WW: 10.94 Por; Cholesterol: 1037.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Papkowata                                       |                                                                                                                                    |                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <p>papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>),</p>                   | <p>papkowata - obiad 650 ml , zacierkowa - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>),</p> | <p>papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>),</p>                      |
| <p>II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>),</p> |                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>),</p> |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.92 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 129.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 124.24 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.72 g; WW: 11.99 Por; Cholesterol: 1035.69 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</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>),</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,</p> | <p>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>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,</p>                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2470.65 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.07 g; Sól: 7.29 g; WW: 29.9 Por; Cholesterol: 256.34 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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 ,</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,</p> | <p>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>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),</p>                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2388.16 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; suma cukrów prostych: 38.5 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; Sól: 9.42 g; WW: 27.52 Por; Cholesterol: 236.34 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,</p>                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1923.99 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 231.2 g; suma cukrów prostych: 36.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g; Sól: 6.79 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 281.76 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), papryka konserwowa 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>),</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p>                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g ,</p> |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2526.48 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 112.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 287.56 g; suma cukrów prostych: 41.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.9 g; Sól: 8.95 g; WW: 24.82 Por; Cholesterol: 472.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g , Bułka bezglutenowa 60g 2 szt ( <u>JAJ</u> ),                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.45 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 345.6 g; suma cukrów prostych: 76.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 6.9 g; WW: 32.42 Por; Cholesterol: 142.15 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |
|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g , Bułka bezglutenowa 60g 2 szt ( <u>JAJ</u> ),                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.2 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw.łł.nas.ogółem: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 320.46 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; Sól: 4.58 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 143.35 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca b/ jaj 90 g ( <u>GLU</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.7 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw.łł.nas.ogółem: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 269.68 g; suma cukrów prostych: 58.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; Sól: 7.58 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 253.72 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , | wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2050.44 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw.łł.nas.ogółem: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 270.87 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 1.75 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , Bułka bezglutenowa 60g 2 szt ( <u>JAJ</u> ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.34 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 99.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 283.21 g; suma cukrów prostych: 62.4 g; Błonnik pokarmowy: 15.41 g; Sól: 3.6 g; WW: 26.8 Por; Cholesterol: 259.86 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g , |
|                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , Bułka bezglutenowa 60g 2 szt ( <u>JAJ</u> ),                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.99 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 97.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; suma cukrów prostych: 54.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.47 g; Sól: 1.84 g; WW: 26.5 Por; Cholesterol: 142.15 mg;

| sobota 2025-11-22 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 100g 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 101.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 208.71 g; suma cukrów prostych: 23.74 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g; Sól: 3.97 g; WW: 19.48 Por; Cholesterol: 242.26 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.78 kcal; Białko ogółem: 110.3 g; Tłuszcz: 91.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.5 g; Węglowodany ogółem: 267.17 g; suma cukrów prostych: 31.76 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g; Sól: 8.04 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 270.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200<br>g , klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , fasolka<br>szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczki b/c 200 ml , klopsik drobiowy z udźca<br>b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny<br>drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g ,<br>Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.22 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 116.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 207.32 g; suma cukrów prostych: 22.81 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g; Sól: 4.5 g; WW: 19.33 Por; Cholesterol: 267.75 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata<br>zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem<br>b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z<br>warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),<br>sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>200 ml , sałatka z buraczków i jabłka 130 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> ,<br><u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , szczypiorek 20 g<br>, Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.95 kcal; Białko ogółem: 63.89 g; Tłuszcz: 86.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; suma cukrów prostych: 66.49 g; Błonnik pokarmowy: 45.79 g; Sól: 6.11 g; WW: 28.66 Por; Cholesterol: 261.07 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30<br>g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g ,<br>kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka<br>50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400<br>ml , |
|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2088.19 kcal; Białko ogółem: 53.63 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 263 g; suma cukrów prostych: 19.08 g; Błonnik pokarmowy: 11.23 g; Sól: 4.22 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 265.66 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g ,<br>Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy<br>gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy<br>b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana<br>150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g ,<br>cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,<br>bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml,<br>b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2164.84 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 263.62 g; suma cukrów prostych: 39.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sól: 4.42 g; WW: 23.28 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.24 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 274.85 g; suma cukrów prostych: 50.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 5.13 g; WW: 24.67 Por; Cholesterol: 783.65 mg;

**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;

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1648.99 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 170.85 g; suma cukrów prostych: 32.92 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g; Sól: 5.35 g; WW: 15.05 Por; Cholesterol: 680.95 mg;

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2111.44 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.4 g; Węglowodany ogółem: 287.5 g; suma cukrów prostych: 83.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g; Sól: 8.75 g; WW: 27.02 Por; Cholesterol: 254.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na mleku ots 400 g , chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml , Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g , Sos boloński ots 200 g , fasolka szparagowa z bulką tartą ots 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1754.64 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 103.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 129.18 g; suma cukrów prostych: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 6.02 g; WW: 11.19 Por; Cholesterol: 1260.5 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                  |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 838.8 kcal; 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: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)                                       |                                                                                                         |                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                            |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</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;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                       |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | 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 , | 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> ), |

**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;

| sobota 2025-11-22 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</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.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                              |                                                                  |                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ),<br>jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</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> ),                                                       |                                                                  | Posilek 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.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.łł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

| sobota 2025-11-22 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</u> , <u>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> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.67 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.11 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                     |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | 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 400 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posilek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1766.53 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw.łł.nas.ogółem: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 245.91 g; suma cukrów prostych: 20.32 g; Błonnik pokarmowy: 14.61 g; Sól: 1.58 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posilek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.02 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw.łł.nas.ogółem: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.7 g; Sól: 3.94 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 150 g , zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 924.87 kcal; Białko ogółem: 51.45 g; Tłuszcz: 39.87 g; Kw.łł.nas.ogółem: 6.18 g; Węglowodany ogółem: 91.17 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 6.03 g; Sól: 1.53 g; WW: 8.52 Por; Cholesterol: 267.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.39 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 291.57 g; suma cukrów prostych: 70.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.85 g; Sól: 6.37 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 298.34 mg;

| sobota 2025-11-22 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> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy 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, sałatka z buraczków i jabłka 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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.41 kcal; Białko ogółem: 62.6 g; Tłuszcz: 86.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 315.63 g; suma cukrów prostych: 53.99 g; Błonnik pokarmowy: 43.06 g; Sól: 6.1 g; WW: 27.26 Por; Cholesterol: 261.07 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 100 g, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sałatka z buraczków i jabłka 130 g, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2498.17 kcal; Białko ogółem: 55.34 g; Tłuszcz: 88.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; suma cukrów prostych: 113.86 g; Błonnik pokarmowy: 40.06 g; Sól: 4.07 g; WW: 35.4 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | 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, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1705.41 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 174.64 g; suma cukrów prostych: 62.99 g; Błonnik pokarmowy: 15.9 g; Sól: 4.8 g; WW: 15.95 Por; Cholesterol: 313.65 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 30 g ( <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, Herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g, |
| II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g,                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.6 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 94.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 234.33 g; suma cukrów prostych: 63.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g; Sól: 6.28 g; WW: 21.7 Por; Cholesterol: 350.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 60 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml<br>, pomidor 100 g ,                            | zacierkowa - dieta 200 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek<br>wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,<br>pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u><br>) ,       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2079.41 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.1 g; Węglowodany ogółem: 206.51 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; Sól: 6.45 g; WW: 17.99 Por; Cholesterol: 411.92 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z<br>warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),<br>sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c<br>200 ml , fasolka szparagowa gotowana 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 , szczypiorek 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 111.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 316.48 g; suma cukrów prostych: 36.41 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 6.84 g; WW: 27.37 Por; Cholesterol: 273.87 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny<br>krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka<br>2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),<br>marchewka gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g ,<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g<br>( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2565.89 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 102.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.15 g; Węglowodany ogółem: 307.4 g; suma cukrów prostych: 73.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.57 g; Sól: 10.75 g; WW: 28.99 Por; Cholesterol: 360.79 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g<br>( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka<br>konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                           | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.41 kcal; Białko ogółem: 114 g; Tłuszcz: 92.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 275.36 g; suma cukrów prostych: 45.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g; Sól: 10.48 g; WW: 24.34 Por; Cholesterol: 313.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                      | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko<br>gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , pomarańcza 1<br>szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g ,<br>filet z indyka gotowany 100 g , sałata zielona 20 g ,             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2137.36 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.31 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; suma cukrów prostych: 58.98 g; Błonnik pokarmowy: 41.48 g; Sól: 5.23 g; WW: 25.48 Por; Cholesterol: 462.93 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g ,<br>sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb<br>bezglutenowy 120 g ,                           | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>klopsik drobiowy z udźca b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ),<br>sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek<br>wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,<br>pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2586.1 kcal; Białko ogółem: 121 g; Tłuszcz: 127.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.97 g; Węglowodany ogółem: 248.61 g; suma cukrów prostych: 57.75 g; Błonnik pokarmowy: 16.05 g; Sól: 4.22 g; WW: 23.47 Por; Cholesterol: 421.16 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany<br>psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł.<br>16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),<br>ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , kawa z<br>mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g ,<br>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> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),<br>cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem<br>owocowy 50 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2608.48 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sól: 11.35 g; WW: 29.05 Por; Cholesterol: 361.99 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: niskofenyloalaninowa                                             |                                                            |                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , margaryna 10 g , pomidor 100 g , ogórek<br>świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie<br>300 g , | chleb PKU 120 g , margaryna 10 g , pasta z brokułu 100 g ,<br>Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                        |                                                            | Posiłek nocny: herbatniki PKU 50 g ( <u>JAJ</u> ),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1507.3 kcal; Białko ogółem: 10.7 g; Tłuszcz: 52.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 254.93 g; suma cukrów prostych: 37.4 g; Błonnik pokarmowy: 9.07 g; Sól: .65 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 0 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: rozdrobniona ind LK                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g, salata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.92 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 359.31 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Błonnik pokarmowy: 40.72 g; Sól: 11.87 g; WW: 32.13 Por; Cholesterol: 212.85 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml, Sos boloński ots b/ml 200 g, Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g, fasolka szparagowa gotowana ots 130 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretką o smaku truskawkowym ots 200 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1726.18 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 162.1 g; suma cukrów prostych: 54.71 g; Błonnik pokarmowy: 19.7 g; Sól: 5.59 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1185.5 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS                                            |                                                                                                                                                               |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml, | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</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.: 1016.28 kcal; Białko ogółem: 50.9 g; Tłuszcz: 16.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 178.61 g; suma cukrów prostych: 93.8 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 1.79 g; WW: 15.68 Por; Cholesterol: 132 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), sałatka z buraczków 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2608.48 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sól: 11.35 g; WW: 29.05 Por; Cholesterol: 361.99 mg;

| sobota 2025-11-22 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                       |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), zacierkowa - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,                                             |                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2680.88 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 116.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.6 g; Sól: 4.4 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 762.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-11-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna |                                                                                                                                                                         |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |  | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                  | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2518.56 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 99.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.02 g; Węglowodany ogółem: 302.11 g; suma cukrów prostych: 70.92 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.64 Por; Cholesterol: 360.79 mg;