

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2279.87 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 293.68 g; suma cukrów prostych: 49.44 g; Błonnik pokarmowy: 51.2 g; Sól: 8.36 g; WW: 24.53 Por; Cholesterol: 244.62 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2386.92 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 83.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; suma cukrów prostych: 64.56 g; Błonnik pokarmowy: 50.94 g; Sól: 8.13 g; WW: 25.5 Por; Cholesterol: 264.62 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2204.54 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.1 g; Węglowodany ogółem: 274.18 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Sól: 7.49 g; WW: 23.54 Por; Cholesterol: 235.53 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2385.9 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; suma cukrów prostych: 64.8 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sól: 6.22 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 260.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 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>), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 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>), Herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2608.08 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.7 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Błonnik pokarmowy: 56.25 g; Sól: 6.76 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 256.3 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 g, bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2394.62 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 304.3 g; suma cukrów prostych: 65.8 g; Błonnik pokarmowy: 37.26 g; Sól: 6.24 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 260.02 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2301.5 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 315.63 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Sól: 6.64 g; WW: 29.71 Por; Cholesterol: 308.09 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1724.55 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 210.39 g; suma cukrów prostych: 61.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; Sól: 5.53 g; WW: 18.66 Por; Cholesterol: 259.33 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1713.24 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 204.68 g; suma cukrów prostych: 63.3 g; Błonnik pokarmowy: 27.1 g; Sól: 5.02 g; WW: 18.08 Por; Cholesterol: 269.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2219.94 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 69.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 297.43 g; suma cukrów prostych: 76.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Sól: 6.66 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 289.09 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</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>), Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2286.39 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 83.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 285.95 g; suma cukrów prostych: 43.9 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g; Sól: 10.94 g; WW: 24.55 Por; Cholesterol: 393.58 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: pomidor 100 g,		Posiłek nocny: Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1813.12 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 258.41 g; suma cukrów prostych: 33.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.8 g; Sól: 6.92 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 220.7 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 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>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.71 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.04 g; Węglowodany ogółem: 257.24 g; suma cukrów prostych: 57.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; Sól: 6.71 g; WW: 22.36 Por; Cholesterol: 332.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 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>), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2507.91 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 91.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.4 g; Węglowodany ogółem: 318.2 g; suma cukrów prostych: 61.25 g; Błonnik pokarmowy: 45.43 g; Sól: 8.23 g; WW: 27.52 Por; Cholesterol: 333.6 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2297.07 kcal; Białko ogółem: 121.82 g; Tłuszcz: 75.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; suma cukrów prostych: 30.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; Sól: 9.22 g; WW: 25.05 Por; Cholesterol: 370.79 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</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>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2673.11 kcal; Białko ogółem: 134.67 g; Tłuszcz: 92.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.19 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Błonnik pokarmowy: 51.47 g; Sól: 10.1 g; WW: 29.3 Por; Cholesterol: 423.87 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 48.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 274.43 g; suma cukrów prostych: 25.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sól: 9.9 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 170.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2125.35 kcal; Białko ogółem: 50.93 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; suma cukrów prostych: 30.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.12 g; Sól: 6.66 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 206.66 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2256.59 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 367.64 g; suma cukrów prostych: 65.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; Sól: 6.69 g; WW: 33.31 Por; Cholesterol: 183.21 mg;

środa 2026-01-14 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>), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2520.51 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; suma cukrów prostych: 75.6 g; Błonnik pokarmowy: 38.3 g; Sól: 6.69 g; WW: 34.15 Por; Cholesterol: 273.09 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomysłnarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Rukola 10 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2487.58 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 311.98 g; suma cukrów prostych: 78.11 g; Błonnik pokarmowy: 48.41 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.66 Por; Cholesterol: 280.62 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta płynna 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; Tłuszcz: 130.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; suma cukrów prostych: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 7.92 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.54 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	pasta z mięsa drob. 100 g , 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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2620.34 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 84.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 362.94 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; Sól: 7.03 g; WW: 33 Por; Cholesterol: 357.09 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	pasta z mięsa drob. 100 g , 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>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2411.04 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 88.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 284.06 g; suma cukrów prostych: 25.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Sól: 9.45 g; WW: 26.28 Por; Cholesterol: 325.09 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1779.97 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 216.95 g; suma cukrów prostych: 44.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Sól: 5.95 g; WW: 19.24 Por; Cholesterol: 259.23 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2245.46 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sól: 7.02 g; WW: 25.1 Por; Cholesterol: 405.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 100g 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	pasta z mięsa drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g , Mus z jabłek z/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.14 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw.łł.nas.ogółem: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 318.9 g; suma cukrów prostych: 64.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g; Sól: 4.36 g; WW: 28.54 Por; Cholesterol: 200.16 mg;

środa 2026-01-14 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 , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	pasta z mięsa drob. 100 g , chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2131.12 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw.łł.nas.ogółem: 56.38 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; suma cukrów prostych: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.08 g; Sól: 5.18 g; WW: 26.25 Por; Cholesterol: 318.33 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>),	pasta z mięsa drob. 100 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>), miód 2 szt. 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2336.43 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 86.15 g; Kw.łł.nas.ogółem: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 282.23 g; suma cukrów prostych: 30.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; Sól: 6.78 g; WW: 25.44 Por; Cholesterol: 407.99 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1695.92 kcal; Białko ogółem: 66.74 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw.łł.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; Sól: 2.66 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 166.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	wędlina 100g 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2256.11 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 255.64 g; suma cukrów prostych: 43.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Sól: 3.05 g; WW: 23.44 Por; Cholesterol: 340.08 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.66 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 100.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.81 g; Węglowodany ogółem: 237.4 g; suma cukrów prostych: 37.16 g; Błonnik pokarmowy: 12.95 g; Sól: 1.76 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 303.08 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2207.28 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 116.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 176.63 g; suma cukrów prostych: 20.2 g; Błonnik pokarmowy: 9.42 g; Sól: 3.43 g; WW: 16.89 Por; Cholesterol: 448.88 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Rukola 20 g , Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2317.04 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 89.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; suma cukrów prostych: 36.7 g; Błonnik pokarmowy: 46.37 g; Sól: 8.34 g; WW: 24.83 Por; Cholesterol: 422.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml (<u>SEL</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Rukola 20 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2030.13 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 100.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.64 g; Węglowodany ogółem: 194.69 g; suma cukrów prostych: 26.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.61 g; Sól: 3.97 g; WW: 18.11 Por; Cholesterol: 303.08 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2492.76 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Błonnik pokarmowy: 49.53 g; Sól: 8.98 g; WW: 30.27 Por; Cholesterol: 313.34 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob. 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2010.5 kcal; Białko ogółem: 50.65 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 276.47 g; suma cukrów prostych: 29.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; Sól: 6.73 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 248.66 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1887.49 kcal; Białko ogółem: 86 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 240.73 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g; Sól: 7.82 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 783.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 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>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1964.3 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.43 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kalafior gotowany - ots 100 g , parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g (<u>MLE</u>), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , marchew z groszkiem - ots 150 g (<u>GLU</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u>), rodzyunki ots 25 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2827.25 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 122.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; Sól: 5.49 g; WW: 30.97 Por; Cholesterol: 317.89 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), barszcz czerwony czysty 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2056.54 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; suma cukrów prostych: 35.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Sól: 10.01 g; WW: 26.59 Por; Cholesterol: 241.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kalafior gotowany - ots 100 g , kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , brokuł gotowany - 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>), pomidor b/skóry - ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c - OTS 250 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2840.76 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 142 g; Kw.łł.nas.ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 272.28 g; suma cukrów prostych: 47.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.7 g; Sól: 4.14 g; WW: 24.61 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 838.8 kcal; Białko ogółem: 48.51 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw.łł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.45 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.łł.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;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.łł.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;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1291.59 kcal; Białko ogółem: 41.65 g; Tłuszcz: 19.79 g; Kw.łł.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;

środa 2026-01-14 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.łł.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

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>), 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;

środa 2026-01-14 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/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), 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.: 2401.98 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 296.62 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Sól: 8.06 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posilek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

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

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żył. 90 g (<u>GLU</u>),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posilek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

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

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 250 g , mizeria 150 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 921.11 kcal; Białko ogółem: 51.76 g; Tłuszcz: 32.93 g; Kw.łł.nas.ogółem: 4.94 g; Węglowodany ogółem: 110.5 g; suma cukrów prostych: 9.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.81 g; Sól: 1.23 g; WW: 9.58 Por; Cholesterol: 120.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2157.76 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 278.48 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; Sól: 6.41 g; WW: 25.21 Por; Cholesterol: 273.09 mg;

środa 2026-01-14 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>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g, chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2492.76 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Błonnik pokarmowy: 49.53 g; Sól: 8.98 g; WW: 30.27 Por; Cholesterol: 313.34 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus z ciecierzycy 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), Ryż biały na sypko 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2220.57 kcal; Białko ogółem: 51.73 g; Tłuszcz: 72.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.14 g; Węglowodany ogółem: 371.24 g; suma cukrów prostych: 73.24 g; Błonnik pokarmowy: 45.87 g; Sól: 6.89 g; WW: 32.7 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g, wędlina 50 g,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1912.34 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 217.88 g; suma cukrów prostych: 61.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sól: 4.66 g; WW: 19.77 Por; Cholesterol: 239.37 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomłynarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 g, bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: koktajl truskawkowy 250 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.3 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 271.98 g; suma cukrów prostych: 62.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Sól: 5.46 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 259.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 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>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 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>), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , kiwi 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1895.75 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 203.14 g; suma cukrów prostych: 56.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; Sól: 5.91 g; WW: 17.9 Por; Cholesterol: 312.35 mg;

środa 2026-01-14 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż brązowy na sytko 200 g , chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	hummus z ciecierzycy 100 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 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>), Rukola 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2477.41 kcal; Białko ogółem: 95.7 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 351.7 g; suma cukrów prostych: 48 g; Błonnik pokarmowy: 54.83 g; Sól: 6.43 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 259.04 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Hematologiczna 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>), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2443.78 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; suma cukrów prostych: 66.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.34 g; Sól: 9.59 g; WW: 29.26 Por; Cholesterol: 273.09 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2581.78 kcal; Białko ogółem: 140.66 g; Tłuszcz: 87.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 322.71 g; suma cukrów prostych: 54.41 g; Błonnik pokarmowy: 49.67 g; Sól: 12.98 g; WW: 27.63 Por; Cholesterol: 298.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), fasolka szparagowa gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	wędlina 50 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, filet z indyka gotowany 100 g, Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2007.21 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 278.99 g; suma cukrów prostych: 54.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.86 g; Sól: 5.51 g; WW: 24.11 Por; Cholesterol: 436.94 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL</u>),	wędlina 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, kiwi 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2274.86 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 111.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 221.86 g; suma cukrów prostych: 50.27 g; Błonnik pokarmowy: 12.4 g; Sól: 3.42 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 308.06 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, 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>), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy pomysłarsku 110 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 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>), Herbata czarna b/c 400 ml, seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2608.08 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.7 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Błonnik pokarmowy: 56.25 g; Sól: 6.76 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 256.3 mg;

środa 2026-01-14 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;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kalafior gotowany - ots 100 g, parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,	rosół z makaronem - ots 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane OTS 200 g, udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g, marchew z groszkiem - ots 150 g (<u>GLU</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, dżem 2 szt. 50 g, hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2310.83 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 101.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 279.47 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Sól: 4.74 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 248.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.łł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	grochówka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy pomysłnarsku 110 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2608.08 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.7 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Błonnik pokarmowy: 56.25 g; Sól: 6.76 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 256.3 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzynny 300 ml (<u>SEL</u> , <u>SEL</u>), zupa ziemniaczana - dieta papkowata 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</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> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2089.72 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw.łł.nas.ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 259.74 g; suma cukrów prostych: 140.18 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; Sól: 4.08 g; WW: 24.45 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

środa 2026-01-14 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , <u>SEL</u>),	wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2381 kcal; Białko ogółem: 112.6 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 315.63 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Sól: 6.64 g; WW: 29.71 Por; Cholesterol: 308.09 mg;