

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                              |
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g, ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2341.15 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 87.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 263.44 g; suma cukrów prostych: 42.97 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Sól: 9.65 g; WW: 22.79 Por; Cholesterol: 304.13 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                              |
| 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g, | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2579.27 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.7 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; suma cukrów prostych: 58.81 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 9.96 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 324.13 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2026-01-25 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g, | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2290.04 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 255.89 g; suma cukrów prostych: 51.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.4 g; Sól: 9.92 g; WW: 22.24 Por; Cholesterol: 305.33 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    |
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), 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> ), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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, |
| II Śniadanie: gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.84 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 251.7 g; suma cukrów prostych: 47.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; Sól: 6.67 g; WW: 22.59 Por; Cholesterol: 312.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 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> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2593.01 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 10.17 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 324.13 mg;

| niedziela 2026-01-25 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 50 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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, |
| II Śniadanie: gruszka 150 g, serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2360.67 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 92.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 245.66 g; suma cukrów prostych: 50.3 g; Błonnik pokarmowy: 27.4 g; Sól: 5.53 g; WW: 22.05 Por; Cholesterol: 305.81 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2427.62 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.88 g; Węglowodany ogółem: 284.6 g; suma cukrów prostych: 52.66 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; Sól: 7.7 g; WW: 26.71 Por; Cholesterol: 348.09 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 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> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 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> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1826.42 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 178.92 g; suma cukrów prostych: 69.5 g; Błonnik pokarmowy: 19.53 g; Sól: 5.86 g; WW: 16.2 Por; Cholesterol: 321.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.32 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 208.97 g; suma cukrów prostych: 72.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g; Sól: 6.07 g; WW: 18.97 Por; Cholesterol: 333.49 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516.02 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.09 g; Węglowodany ogółem: 301.72 g; suma cukrów prostych: 85.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Sól: 7.71 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 353.49 mg;

| niedziela 2026-01-25 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, sałata zielona 8g 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ogórek kiszony 100 g, | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                 | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2380.18 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 286.2 g; suma cukrów prostych: 40.23 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sól: 8.38 g; WW: 24.57 Por; Cholesterol: 280.14 mg;

| niedziela 2026-01-25 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, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: pomidor 100 g,                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: papryka świeża 100 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2010.44 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 263.55 g; suma cukrów prostych: 35.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g; Sól: 6.02 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 222.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 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> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                 | barszcz ukraiński z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet<br>drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać:</u> <u>GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z<br>olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>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. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,<br>pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g ,                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.91 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 217.78 g; suma cukrów prostych: 63.77 g; Błonnik pokarmowy: 32 g; Sól: 6.19 g; WW: 18.74 Por; Cholesterol: 311.36 mg;

| niedziela 2026-01-25 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 , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet<br>drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać:</u> <u>GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z<br>olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>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 , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,<br>pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g ,                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2448.93 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 305.79 g; suma cukrów prostych: 71.59 g; Błonnik pokarmowy: 45.57 g; Sól: 7.87 g; WW: 26.19 Por; Cholesterol: 324.34 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), pasta z<br>mięsa drob. 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml , ogórek kiszony 100 g , | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet<br>drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać:</u> <u>GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i<br>marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczki 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> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c<br>400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u><br>) ,                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.91 kcal; Białko ogółem: 127.76 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 291.89 g; suma cukrów prostych: 35.76 g; Błonnik pokarmowy: 46.3 g; Sól: 8.61 g; WW: 24.66 Por; Cholesterol: 319.06 mg;

| niedziela 2026-01-25 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<br>( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata<br>zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać:</u><br><u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet<br>drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos<br>koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może</u><br><u>zawierać:</u> <u>GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z<br>olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>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 , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u><br>) ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u><br>) ,         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2655.66 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 88.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Błonnik pokarmowy: 46.91 g; Sól: 8.68 g; WW: 28.39 Por; Cholesterol: 300.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c<br>250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki<br>gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g<br>( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),<br>twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50<br>g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta<br>jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2109.75 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 30.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Sól: 8.1 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 189.56 mg;

| niedziela 2026-01-25      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł.<br>20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki<br>gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g<br>( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka<br>50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c<br>400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , sok pomidorowy 300 ml , masło<br>82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ,<br>) , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2333.31 kcal; Białko ogółem: 53.76 g; Tłuszcz: 91.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; suma cukrów prostych: 38.68 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g; Sól: 5.52 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 239.48 mg;

| niedziela 2026-01-25      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g<br>, Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g , | barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy<br>gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100<br>ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>) , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata<br>czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 30 g<br>( <u>GLU</u> ),                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> ),                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2227.82 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.2 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; suma cukrów prostych: 55.7 g; Błonnik pokarmowy: 22.2 g; Sól: 9.64 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 279.76 mg;

| niedziela 2026-01-25      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<br>krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z<br>mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem<br>b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki<br>gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g<br>( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka<br>gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c<br>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> ), dynia gotowana 100 g ,<br>Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> ,<br><u>MLE</u> ),                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2418.09 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 286.06 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Sól: 9.72 g; WW: 26.69 Por; Cholesterol: 375.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), musztarda 20 g, | barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotleć drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2939.91 kcal; Białko ogółem: 146.72 g; Tłuszcz: 109.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Błonnik pokarmowy: 47.65 g; Sól: 10.2 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 343.23 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                      |                                                                                                                                                  |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, barszcz czerwony z ziemniakami płynna 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>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.: 2143.31 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 131.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.09 g; Węglowodany ogółem: 122.9 g; suma cukrów prostych: 9.81 g; Błonnik pokarmowy: 7.86 g; Sól: 1.85 g; WW: 11.62 Por; Cholesterol: 1050.31 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Papkowata                                 |                                                                                                                                                    |                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml, barszcz czerwony z ziemniakami papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2188.71 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 131.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 134.15 g; suma cukrów prostych: 10.36 g; Błonnik pokarmowy: 8.78 g; Sól: 1.85 g; WW: 12.67 Por; Cholesterol: 1048.21 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2573.11 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; Sól: 9.72 g; WW: 28.69 Por; Cholesterol: 375.04 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, 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.: 2453.12 kcal; Białko ogółem: 126.48 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.7 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; suma cukrów prostych: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; Sól: 9.16 g; WW: 25.81 Por; Cholesterol: 337.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | 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 , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g ,                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1812.93 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 211.54 g; suma cukrów prostych: 32.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; Sól: 5.64 g; WW: 18.26 Por; Cholesterol: 234.46 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 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> ), salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g , musztarda 20 g , | barszcz ukraiński 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 , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , salata zielona 20 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2552.1 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 90.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; suma cukrów prostych: 54.67 g; Błonnik pokarmowy: 46.97 g; Sól: 10.25 g; WW: 26.98 Por; Cholesterol: 333.36 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</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> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.02 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.48 g; Węglowodany ogółem: 282.37 g; suma cukrów prostych: 40.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Sól: 7.6 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 208.19 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , salata zielona 8g 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2189.61 kcal; Białko ogółem: 111.8 g; Tłuszcz: 87.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 263.54 g; suma cukrów prostych: 22.19 g; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; Sól: 6.23 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 193.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 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 50 g, sałata zielona 8g 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2365.39 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 86.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; suma cukrów prostych: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.97 g; Sól: 7.89 g; WW: 25.15 Por; Cholesterol: 255.16 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, ogórek świeży 150g 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g, | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł gotowany 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt, | Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml,                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Mus z jabłek b/c 150 g, ryż na wodzie 200 ml,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1783.97 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 246.64 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 1.99 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2257.81 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 107.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 216.9 g; suma cukrów prostych: 23.22 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; Sól: 4.48 g; WW: 19.93 Por; Cholesterol: 280.65 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKO MLEKA                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z mięsa drob. 100 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 15 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2205.21 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 107.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 213.84 g; suma cukrów prostych: 15.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; Sól: 3.08 g; WW: 19.56 Por; Cholesterol: 222.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 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> ), pasta z mięsa drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 126.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 225.93 g; suma cukrów prostych: 23.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.94 g; Sól: 3.05 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 377.05 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.82 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 92.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 278.78 g; suma cukrów prostych: 33.15 g; Błonnik pokarmowy: 46.27 g; Sól: 8.4 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 211.19 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g , | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sok pomidorowy 300 ml ,                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ),               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2403.06 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 119.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 74.2 g; Węglowodany ogółem: 236.64 g; suma cukrów prostych: 23.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; Sól: 4.55 g; WW: 21.5 Por; Cholesterol: 222.14 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), ogórek kiszony 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), salata zielona 8g 20 g , | barszcz czerwony z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), knedle z truskawkami 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <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> ), rzodkiewka 40 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2375.29 kcal; Białko ogółem: 88.8 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; Sól: 7.17 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 243.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 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 , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2059.01 kcal; Białko ogółem: 50.99 g; Tłuszcz: 80.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 271.45 g; suma cukrów prostych: 30.82 g; Błonnik pokarmowy: 14.57 g; Sól: 4.07 g; WW: 25.72 Por; Cholesterol: 214.68 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenney krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta b/mleczna 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenney krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,                                           |
| <b>II Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenney krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.75 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 226.12 g; suma cukrów prostych: 31.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; Sól: 4.87 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,                                                              | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenney krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenney krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2020.01 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

| niedziela 2026-01-25 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 ,                            |
| <b>II Śniadanie:</b> 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 , |                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami - OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), knedle ze śliwką - OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), śmietana 18% ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , włoszczyzna 3 skł. gotowana OTS 100 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> , może zawierać: <u>JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3028.99 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 125.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.76 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; suma cukrów prostych: 94.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; Sól: 6.47 g; WW: 32.45 Por; Cholesterol: 466.81 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2420.81 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 296.39 g; suma cukrów prostych: 51.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g; Sól: 6.54 g; WW: 27.95 Por; Cholesterol: 355.04 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku - OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami - OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , Filet z kurczaka gotowany OTS 80 g , bukiet warzyw mar/brok/kalaf-ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana OTS 100 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ),                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2632.66 kcal; Białko ogółem: 151.17 g; Tłuszcz: 118.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.23 g; Węglowodany ogółem: 240.16 g; suma cukrów prostych: 41.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sól: 9.65 g; WW: 21.21 Por; Cholesterol: 435.11 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu               |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

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

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ściśła 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.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;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

| niedziela 2026-01-25 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;

| niedziela 2026-01-25 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> ),                                                    |                                                                  | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.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;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 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> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.96 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 240.13 g; suma cukrów prostych: 43.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g; Sól: 3.01 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

| niedziela 2026-01-25 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 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), 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, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: banan 200 g,                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1839.24 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; suma cukrów prostych: 97.26 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sól: 4.36 g; WW: 21.22 Por; Cholesterol: 647.63 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                 | Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, barszcz ukraiński 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, |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 906.72 kcal; Białko ogółem: 42.09 g; Tłuszcz: 32.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.96 g; Węglowodany ogółem: 105.72 g; suma cukrów prostych: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 14.11 g; Sól: 1.04 g; WW: 9.2 Por; Cholesterol: 119.03 mg;

| niedziela 2026-01-25 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, sałata zielona 8g 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.53 kcal; Białko ogółem: 115.9 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 273.92 g; suma cukrów prostych: 52.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Sól: 6.38 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 291.04 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 20 g, | barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron ze szpinakiem i twarogiem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2466.77 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; suma cukrów prostych: 45.5 g; Błonnik pokarmowy: 41.14 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.8 Por; Cholesterol: 159.88 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), ogórek kiszony 100 g, sałata zielona 8g 20 g, dżem owocowy 50 g, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu jarski 400 ml ( <u>SEL</u> ), makaron z warzywami 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: gruszka 150 g,                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2356.43 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 331.6 g; suma cukrów prostych: 67.32 g; Błonnik pokarmowy: 39.98 g; Sól: 5.12 g; WW: 29.13 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 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> ), sałata zielona 20 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | barszcz ukraiński z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1989.58 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 93.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 183.66 g; suma cukrów prostych: 41.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; Sól: 5.69 g; WW: 16.71 Por; Cholesterol: 300.38 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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> ), sałata zielona 8g 20 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.38 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 95.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 205.77 g; suma cukrów prostych: 43.49 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g; Sól: 5.89 g; WW: 18.94 Por; Cholesterol: 312.16 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                    | barszcz ukraiński z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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 , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , pomarańcza 1 szt , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g ,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1952.25 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 85.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 207.31 g; suma cukrów prostych: 63.4 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; Sól: 6.13 g; WW: 17.74 Por; Cholesterol: 311.36 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g , | barszcz czerwony z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.36 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 107.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; suma cukrów prostych: 48.18 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Sól: 8.29 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 168.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 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> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 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, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt. 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.68 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 277.58 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Sól: 9.39 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 291.04 mg;

| niedziela 2026-01-25 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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, cukinia gotowana 100 g, | barszcz ukraiński 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, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 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, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 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> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                              | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2471.04 kcal; Białko ogółem: 121.75 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 308.6 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 45.27 g; Sól: 12.42 g; WW: 26.53 Por; Cholesterol: 312.54 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                                                    | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</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> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), rzodkiewka 40 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> ), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g,                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.48 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.22 g; Węglowodany ogółem: 264.27 g; suma cukrów prostych: 59.3 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g; Sól: 5.43 g; WW: 22.65 Por; Cholesterol: 457.17 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,                                             | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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> ), rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, pomarańcza 1 szt, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2393 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 118.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 225.81 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g; Sól: 3.81 g; WW: 21.2 Por; Cholesterol: 324.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2593.01 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 10.17 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 324.13 mg;

| niedziela 2026-01-25 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;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy OTS 113 g ( <u>SOJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml, | barszcz czerwony z ziemniakami b/ml - OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Filet z kurczaka gotowany OTS 80 g, bukiet warzyw mar/brok/kalaf-ots 150 g, | chleb graham ots 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, włoszczyzna 3 skl. gotowana OTS 100 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: sok pomidorowy -ots 300 ml, kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1886.06 kcal; Białko ogółem: 77.17 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 241.4 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sól: 4.41 g; WW: 21.48 Por; Cholesterol: 137.35 mg;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                      |                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),       | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, | 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.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.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;

| niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 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> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), ogórek kiszony 100 g, musztarda 20 g, sałata zielona 8g 8 g, | barszcz ukraiński 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, Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2593.01 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 10.17 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 324.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-01-25                                                                                                                                                                   |  |  | Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _ ), kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _ ), |  |  | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , _ ), barszcz czerwony z ziemniakami papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), |
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , _ ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _ ),              |  |  |                                                                                                                                                                                             |
| 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.: 2159.61 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; suma cukrów prostych: 143.87 g; Błonnik pokarmowy: 18.5 g; Sól: 4.15 g; WW: 24.59 Por; Cholesterol: 472.46 mg;

| niedziela 2026-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  | 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> , _ ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _ ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , _ ), |  |  | barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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 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 , |
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , _ ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _ ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , _ ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , _ ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _ ),                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2518.52 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 90.02 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 284.42 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; Sól: 7.7 g; WW: 26.68 Por; Cholesterol: 353.49 mg;