

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| piątek 2026-01-30 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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2277.61 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 93.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 297.88 g; suma cukrów prostych: 53.3 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g; Sól: 5.14 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 323.95 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: dżem owocowy 50 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2420.16 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; suma cukrów prostych: 68.4 g; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; Sól: 4.91 g; WW: 27.38 Por; Cholesterol: 343.95 mg;

|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2026-01-30 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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2249.73 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 102.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 264.05 g; suma cukrów prostych: 62.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 5.14 g; WW: 22.99 Por; Cholesterol: 334.32 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2510.2 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.96 g; Węglowodany ogółem: 327.31 g; suma cukrów prostych: 82.72 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 360.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), cukinia gotowana 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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.52 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 106.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 346.52 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2510.2 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.96 g; Węglowodany ogółem: 327.31 g; suma cukrów prostych: 82.72 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 360.03 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.21 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 286.12 g; suma cukrów prostych: 50.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.32 g; Sól: 8.85 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 220.85 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1622.99 kcal; Białko ogółem: 80.4 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 189.08 g; suma cukrów prostych: 63.48 g; Błonnik pokarmowy: 11.94 g; Sól: 2.59 g; WW: 17.83 Por; Cholesterol: 241.05 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.01 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 83.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.88 g; Węglowodany ogółem: 247.04 g; suma cukrów prostych: 77.25 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g; Sól: 2.82 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 325.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), 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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2624.71 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 89.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; suma cukrów prostych: 90.1 g; Błonnik pokarmowy: 18.03 g; Sól: 4.46 g; WW: 32.98 Por; Cholesterol: 345.13 mg;

| piątek 2026-01-30 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                            | Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2329.64 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 91.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; suma cukrów prostych: 46.73 g; Błonnik pokarmowy: 46.43 g; Sól: 7.1 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 338.02 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sałata zielona 20 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: rzodkiewka 40 g,                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1866.7 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 262.19 g; suma cukrów prostych: 34.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.86 g; Sól: 5.09 g; WW: 22.26 Por; Cholesterol: 224.34 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, melon 150 g,                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.54 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 88.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 258.63 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g; Sól: 5.41 g; WW: 22.46 Por; Cholesterol: 242.75 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, melon 150 g,                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.14 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.2 g; Węglowodany ogółem: 289.11 g; suma cukrów prostych: 60.37 g; Błonnik pokarmowy: 40.77 g; Sól: 6.17 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 243.35 mg;

| piątek 2026-01-30 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2175.86 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; suma cukrów prostych: 38.85 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g; Sól: 5.65 g; WW: 24.05 Por; Cholesterol: 304.94 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2559.74 kcal; Białko ogółem: 126.29 g; Tłuszcz: 96.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.5 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; suma cukrów prostych: 58.98 g; Błonnik pokarmowy: 46.43 g; Sól: 7.38 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 358.02 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1970.68 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 278.47 g; suma cukrów prostych: 31 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; Sól: 9.3 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 130.57 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.54 kcal; Białko ogółem: 55.79 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 278.8 g; suma cukrów prostych: 33.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.84 g; Sól: 6.51 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 166.89 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.05 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; suma cukrów prostych: 54.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; Sól: 10.34 g; WW: 33.62 Por; Cholesterol: 142.97 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.42 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 341.72 g; suma cukrów prostych: 55.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g; Sól: 9.08 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 208.45 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2550.14 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 110.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; suma cukrów prostych: 66.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g; Sól: 5.14 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 399.45 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                         |                                                                                                                                  |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , marchewkowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                                                  | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.28 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 130.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 108.27 g; suma cukrów prostych: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 8.47 g; Sól: 1.91 g; WW: 10.15 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Papkowata                    |                                                                                                                    |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml , marchewkowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                                    | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.68 kcal; Białko ogółem: 105.7 g; Tłuszcz: 130.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.19 g; Węglowodany ogółem: 119.52 g; suma cukrów prostych: 9.61 g; Błonnik pokarmowy: 9.39 g; Sól: 1.91 g; WW: 11.2 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pietruszka gotowana 100 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2518.34 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 339.9 g; suma cukrów prostych: 71.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sól: 9.06 g; WW: 32.01 Por; Cholesterol: 220.85 mg;

| piątek 2026-01-30 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.55 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; suma cukrów prostych: 38.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; Sól: 9.97 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 188.45 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g , | chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1748.92 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 200.69 g; suma cukrów prostych: 26.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; Sól: 4.86 g; WW: 17.26 Por; Cholesterol: 197.57 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 20 g , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 150 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), rzodkiewka 40 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.78 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 100.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.07 g; Węglowodany ogółem: 247.81 g; suma cukrów prostych: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 41 g; Sól: 5.46 g; WW: 20.94 Por; Cholesterol: 382.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.39 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.59 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; suma cukrów prostych: 57.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.1 g; Sól: 8.58 g; WW: 31.22 Por; Cholesterol: 98.93 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.1 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.05 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g; Sól: 4.93 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 162.5 mg;

| piątek 2026-01-30 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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/ jaj 90 g ( <u>GLU, RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2323.66 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 91.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.6 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; suma cukrów prostych: 50.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g; Sól: 4.81 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 263.26 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g, | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, | wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: gruszka 300 g,                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.97 kcal; Białko ogółem: 61.34 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 1.79 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 127.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g ,                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2326.09 kcal; Białko ogółem: 113.5 g; Tłuszcz: 117.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 222.71 g; suma cukrów prostych: 25.03 g; Błonnik pokarmowy: 13.96 g; Sól: 1.39 g; WW: 21.08 Por; Cholesterol: 266.94 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z białej kapusty 130 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , dżem owocowy 50 g ,                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2077.16 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.73 g; Węglowodany ogółem: 234.39 g; suma cukrów prostych: 39.09 g; Błonnik pokarmowy: 13.7 g; Sól: 1.36 g; WW: 22.22 Por; Cholesterol: 98.93 mg;

| piątek 2026-01-30 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | Brokułowa z ziemniakami b/glut b/mleka 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , rzodkiewka 40 g ,                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2126.69 kcal; Białko ogółem: 126.7 g; Tłuszcz: 101.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 183.6 g; suma cukrów prostych: 23.73 g; Błonnik pokarmowy: 12.35 g; Sól: 1.77 g; WW: 17.17 Por; Cholesterol: 220.5 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | Brokułowa z ziemniakami b/glut b/mleka 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Paszтет z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2110.36 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 273.71 g; suma cukrów prostych: 33.37 g; Błonnik pokarmowy: 45.6 g; Sól: 6.74 g; WW: 22.94 Por; Cholesterol: 214.16 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | Brokułowa z ziemniakami b/glut b/mleka 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2170.77 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 113.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 190.27 g; suma cukrów prostych: 23.64 g; Błonnik pokarmowy: 15.65 g; Sól: 2.61 g; WW: 17.51 Por; Cholesterol: 94.79 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.72 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 95.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 287.8 g; suma cukrów prostych: 46.92 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 5.29 g; WW: 24.7 Por; Cholesterol: 831.52 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1823.23 kcal; Białko ogółem: 52.81 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 250.35 g; suma cukrów prostych: 26.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.84 g; Sól: 6.24 g; WW: 23.27 Por; Cholesterol: 128.49 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , 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 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 79 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 7.13 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                        | pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.26 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 261.94 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sól: 5.04 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 766.31 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Biegunkowa                                                                  |                                                                                                                                                                |                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</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> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                     |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.1 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sól: 3.05 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), Szyntka wieprzowa duszona OTS 120 g , kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2765.89 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 116.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.1 g; Węglowodany ogółem: 327.8 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 7.09 g; WW: 29.77 Por; Cholesterol: 287.6 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.98 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 286.77 g; suma cukrów prostych: 45.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g; Sól: 10.1 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 150.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wieprzowa duszona OTS 120 g, kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c - OTS 250 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2731.07 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 117.2 g; Kw.łł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 315.3 g; suma cukrów prostych: 59.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 7.14 g; WW: 28.53 Por; Cholesterol: 291.2 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu                 |                                                                                             |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, |

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

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)                      |                                                                                        |                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.łł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                           |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.łł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                      |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.łł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                   |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                        |                                                                                                                                         | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml,                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.łł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                              |                                                                  |                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ),<br>jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                        |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                       |                                                                  | Posilek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

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

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

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149.76 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; Tłuszcz: 50.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.36 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.25 g; WW: 23.15 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

| piątek 2026-01-30 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) 90 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                     | Posilek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1697.7 kcal; Białko ogółem: 56.82 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.26 g; Węglowodany ogółem: 232.13 g; suma cukrów prostych: 20.27 g; Błonnik pokarmowy: 14.19 g; Sól: 1.52 g; WW: 22.02 Por; Cholesterol: 135.25 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posilek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                     |

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

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                              | filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.24 kcal; Białko ogółem: 52.46 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.96 g; Węglowodany ogółem: 91.9 g; suma cukrów prostych: 13.8 g; Błonnik pokarmowy: 13.15 g; Sól: 1.52 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 295.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.96 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 75.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.52 g; Sól: 8.93 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 220.85 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kotleć z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.25 kcal; Białko ogółem: 97.5 g; Tłuszcz: 103.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 263.24 g; suma cukrów prostych: 34.78 g; Błonnik pokarmowy: 41.94 g; Sól: 5.1 g; WW: 22.52 Por; Cholesterol: 874.32 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 20 g, | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, ziemniaki gotowane 200 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 20 g, papryka świeża 100 g, |
|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, dżem owocowy 50 g, mandarynka 100 g,                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.04 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 280.44 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; Sól: 4.35 g; WW: 24.45 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1502.18 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 153.95 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Błonnik pokarmowy: 14.39 g; Sól: 2.61 g; WW: 14.03 Por; Cholesterol: 275.95 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-malinowy 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2102.8 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 90.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.6 g; Węglowodany ogółem: 242.39 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g; Sól: 3.6 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 360.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, melon 150 g,                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1927.75 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 89.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 201.09 g; suma cukrów prostych: 54.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; Sól: 4.93 g; WW: 17.39 Por; Cholesterol: 244.57 mg;

| piątek 2026-01-30 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz sojowy 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2103.93 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 263.06 g; suma cukrów prostych: 35.8 g; Błonnik pokarmowy: 38.2 g; Sól: 5.3 g; WW: 22.66 Por; Cholesterol: 244.22 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, pietruszka gotowana 100 g, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2393.73 kcal; Białko ogółem: 118.8 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Sól: 9.27 g; WW: 29.49 Por; Cholesterol: 232.85 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.95 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 297.06 g; suma cukrów prostych: 55.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; Sól: 10.59 g; WW: 25.87 Por; Cholesterol: 274.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | Brokułowa z ziemniakami b/glut b/mleka 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, melon 150 g,                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40 g,                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2085.26 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.9 g; Węglowodany ogółem: 264.47 g; suma cukrów prostych: 54.4 g; Błonnik pokarmowy: 39.8 g; Sól: 5.64 g; WW: 22.66 Por; Cholesterol: 637.05 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g, | Brokułowa z ziemniakami b/glut b/mleka 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z białej kapusty 130 g, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, melon 150 g,                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2257.47 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 114.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 220.3 g; suma cukrów prostych: 49.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.01 g; Sól: 2.07 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 229.21 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), cukinia gotowana 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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.52 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 106.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 346.52 mg;

| piątek 2026-01-30 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: 0.9 g; Sól: 15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | jarzynowa z ziemniakami b/ml OTS 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona OTS 120 g, kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml,                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2287.75 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 99.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 268.1 g; suma cukrów prostych: 38.11 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 225.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-01-30 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 ,           |                                                                                                         | Posilek 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;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> , ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), | brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , ), cukinia gotowana 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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.52 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 106.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 346.52 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ), marchewkowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                                                              |                                                                                                                                                                                 | Posilek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2032.58 kcal; Białko ogółem: 75.89 g; Tłuszcz: 85.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 247.94 g; suma cukrów prostych: 143.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 4.2 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

| piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), | marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posilek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g ,                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2318.46 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 304.87 g; suma cukrów prostych: 65.84 g; Błonnik pokarmowy: 19.52 g; Sól: 9.09 g; WW: 28.82 Por; Cholesterol: 232.85 mg;