

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>niedziela 2026-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| chleb mieszany psz.-żytn. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żytn. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2231.38 kcal; Białko ogółem: 98 g; Tłuszcz: 101.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 244.37 g; suma cukrów prostych: 35.8 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; Sól: 4.78 g; WW: 21.49 Por; Cholesterol: 789.34 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żytn. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żytn. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2477.3 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 107.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 284.49 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; Sól: 5.09 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 809.34 mg;

|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                              |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g, |
| <b>II Śniadanie:</b> skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g, herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2317.6 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 269.13 g; suma cukrów prostych: 78.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Sól: 5.7 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 901.94 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                            |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.33 g; Węglowodany ogółem: 198.1 g; suma cukrów prostych: 46.59 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g; Sól: 4.5 g; WW: 18.22 Por; Cholesterol: 894.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2868.54 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 122.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.23 Por; Cholesterol: 853.82 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: gruszka 150 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.65 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 91.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 234.83 g; suma cukrów prostych: 61.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.9 g; Sól: 4.88 g; WW: 21.93 Por; Cholesterol: 915.14 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.9 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; Sól: 5.47 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 890.68 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 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> ), | rosół - dieta 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 50 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1572.28 kcal; Białko ogółem: 87.88 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 159.9 g; suma cukrów prostych: 69.7 g; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; Sól: 3.16 g; WW: 14.36 Por; Cholesterol: 542.88 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 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> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1804.57 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 179.6 g; suma cukrów prostych: 70.5 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g; Sól: 3.69 g; WW: 16.21 Por; Cholesterol: 607.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),<br>masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),<br>sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka<br>gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g,<br>kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron<br>do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g,<br>pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: banan 200 g,                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.5 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 89.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 210.07 g; suma cukrów prostych: 82.8 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g; Sól: 4.24 g; WW: 19.28 Por; Cholesterol: 905.68 mg;

| niedziela 2026-02-01 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> ),<br>serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka<br>świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka<br>gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot<br>z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do<br>rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna<br>b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                 | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.9 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 95.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Błonnik pokarmowy: 42.5 g; Sól: 9.28 g; WW: 23.82 Por; Cholesterol: 290.75 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek<br>wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c<br>400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka<br>gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot<br>z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do<br>rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z<br>wędliny drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c<br>400 ml, |
| II Śniadanie: papryka świeża 100 g,                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Rukola 20 g,                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1923 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 224.76 g; suma cukrów prostych: 28.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g; Sól: 6.06 g; WW: 19.25 Por; Cholesterol: 220.37 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),<br>papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb<br>razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 200 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 100 g, udko z kurczaka<br>gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może<br/>zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot<br>z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do<br>rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko<br>gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna<br>b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, sałata zielona 20 g,  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g,                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.8 kcal; Białko ogółem: 115 g; Tłuszcz: 105.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.81 g; Węglowodany ogółem: 193.04 g; suma cukrów prostych: 57.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 6.32 g; WW: 17.04 Por; Cholesterol: 940.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,              | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , salata zielona 20 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.06 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 108.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.46 g; Węglowodany ogółem: 266.1 g; suma cukrów prostych: 61.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; Sól: 7.98 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 949.6 mg;

| niedziela 2026-02-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 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 razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Rukola 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.81 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 89.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 251.03 g; suma cukrów prostych: 37.66 g; Błonnik pokarmowy: 37.3 g; Sól: 6.68 g; WW: 21.55 Por; Cholesterol: 274.01 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2612.09 kcal; Białko ogółem: 132.31 g; Tłuszcz: 106.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 289.3 g; suma cukrów prostych: 49.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g; Sól: 7.76 g; WW: 25.38 Por; Cholesterol: 866.3 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2040.16 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.7 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; suma cukrów prostych: 25.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Sól: 7.15 g; WW: 25.98 Por; Cholesterol: 176.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 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> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron PKU do rosolu 60 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.91 kcal; Białko ogółem: 55.9 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; suma cukrów prostych: 30.22 g; Błonnik pokarmowy: 18.25 g; Sól: 3.47 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 223.84 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.95 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; suma cukrów prostych: 62.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; Sól: 6.32 g; WW: 31.5 Por; Cholesterol: 197.85 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2556.23 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; suma cukrów prostych: 74.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.2 g; Sól: 6.6 g; WW: 32.82 Por; Cholesterol: 300.53 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: gruszka 150 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2744.28 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 115.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 322.07 g; suma cukrów prostych: 71.15 g; Błonnik pokarmowy: 34 g; Sól: 5.67 g; WW: 29.17 Por; Cholesterol: 842.34 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona      |                                                                                                        |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml , zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                        | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Papkowata                         |                                                                                                                             |                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <p>papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),</p>                   | <p>papkowata - obiad 650 ml , zupa ziemniaczana - dieta papkowata 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),</p> | <p>papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),</p>                      |
| <p>II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),</p> |                                                                                                                             | <p>Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),</p> |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ryż na mleku 300 g (<u>MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),</p> | <p>rosół - dieta 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),</p> | <p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),</p>                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2558.94 kcal; Białko ogółem: 125.81 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; suma cukrów prostych: 61.2 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; Sól: 7.3 g; WW: 28.7 Por; Cholesterol: 862.09 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> | <p>rosół - dieta 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),</p> | <p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),</p>                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>),</p>                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2483.65 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 95.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 283.84 g; suma cukrów prostych: 32.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; Sól: 6.86 g; WW: 26.47 Por; Cholesterol: 830.09 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, _</u>),</p> | <p>rosół - dieta 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), mizeria 130 g (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),</p> | <p>chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),</p>                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), Rukola 20 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE, _</u>),</p>                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1928.33 kcal; Białko ogółem: 116.4 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 173.54 g; suma cukrów prostych: 34.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; Sól: 6.77 g; WW: 15.27 Por; Cholesterol: 902.62 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), salata zielona 20 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),</p> | <p>rosół - dieta 400 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g (<u>GLU, JAJ, _</u>),</p> | <p>chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ, _</u>), wędlina 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g (<u>SOJ, ORZ, SEL, GOR, _</u>),</p>                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2250.88 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 93.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 246.12 g; suma cukrów prostych: 37.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.68 g; Sól: 7 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 834.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/lml 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posilek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2262.57 kcal; Białko ogółem: 105.9 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.27 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; suma cukrów prostych: 37.8 g; Błonnik pokarmowy: 22.3 g; Sól: 5.48 g; WW: 27.75 Por; Cholesterol: 733.62 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                        | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2227.64 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 86.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 286.03 g; suma cukrów prostych: 27.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Sól: 5.46 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 740.64 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), wędlina wieprzowa 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 50 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2265.55 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 84.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 290.02 g; suma cukrów prostych: 34.14 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g; Sól: 5.46 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 320.34 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                      |                                                                                                                                                                                                                              | Posilek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,            |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                  |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        | Posilek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2255.07 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 117.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 192.83 g; suma cukrów prostych: 22.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; Sól: 3.35 g; WW: 17.94 Por; Cholesterol: 814.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Udko z kurczaka pieczone 210 g , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), Rukola 20 g ,                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2398.82 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 133.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 197.6 g; suma cukrów prostych: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g; Sól: 2.29 g; WW: 17.84 Por; Cholesterol: 835.63 mg;

| niedziela 2026-02-01 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml ( <u>SEL</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , pomidor 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> ), Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2353.95 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 120.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.44 g; Węglowodany ogółem: 205.89 g; suma cukrów prostych: 29.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.62 g; Sól: 3.73 g; WW: 19.17 Por; Cholesterol: 820.87 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.66 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 106.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 86.96 g; Węglowodany ogółem: 278.17 g; suma cukrów prostych: 42.22 g; Błonnik pokarmowy: 47.89 g; Sól: 8.27 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 736.62 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 10 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/glu b/ml 100 ml ( <u>SEL</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2362.67 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 123.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 230.74 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; Sól: 4.39 g; WW: 20.84 Por; Cholesterol: 717.07 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: gruszka 150 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2388.86 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; suma cukrów prostych: 58.5 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.28 Por; Cholesterol: 702.1 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy z kurczaka 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron PKU do rosolu 60 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1822.06 kcal; Białko ogółem: 51.79 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 234.23 g; suma cukrów prostych: 30.84 g; Błonnik pokarmowy: 18.39 g; Sól: 3.57 g; WW: 21.73 Por; Cholesterol: 199.04 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                              |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                  |

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

| niedziela 2026-02-01 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.: 1349.37 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 20.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sól: .77 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Naleśniki z serem OTS 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku OTS 300 g ( <u>MLE</u> ), | zupa z brukselki 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> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2715.34 kcal; Białko ogółem: 132.35 g; Tłuszcz: 93.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; suma cukrów prostych: 107.64 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; Sól: 4.65 g; WW: 32.04 Por; Cholesterol: 553.96 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), |
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2174.66 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 274.03 g; suma cukrów prostych: 65.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.61 g; Sól: 4.05 g; WW: 25.58 Por; Cholesterol: 232.78 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ), | zupa z brukselki 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> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca ots 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3168.5 kcal; Białko ogółem: 165.48 g; Tłuszcz: 144.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; suma cukrów prostych: 60.59 g; Błonnik pokarmowy: 49.66 g; Sól: 9.84 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 714.24 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu               |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

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

| niedziela 2026-02-01 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.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                          |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                     |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| niedziela 2026-02-01 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> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                 |                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                      |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                        |                                                                  |                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                               |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                             |                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

| niedziela 2026-02-01 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 , |
| <b>II Śniadanie:</b> suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.76 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 272.71 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 3.7 g; WW: 23.8 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                        |                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                 |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                 | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 150 g ( <u>MLE</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 802.32 kcal; Białko ogółem: 57.39 g; Tłuszcz: 38.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 55.35 g; suma cukrów prostych: 3.92 g; Błonnik pokarmowy: 2.72 g; Sól: 1.17 g; WW: 5.35 Por; Cholesterol: 252.23 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: banan 200 g ,                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2427.1 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 91.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 275.23 g; suma cukrów prostych: 83.4 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; Sól: 5.6 g; WW: 25.52 Por; Cholesterol: 905.68 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywwami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: banan 200 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2415.61 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; suma cukrów prostych: 83.26 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g; Sól: 6.94 g; WW: 30.51 Por; Cholesterol: 702.1 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywwami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus z ciecierzycy 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,        |
|                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , Rukola 20 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2226.57 kcal; Białko ogółem: 55.89 g; Tłuszcz: 91.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.92 g; Węglowodany ogółem: 319.95 g; suma cukrów prostych: 45.57 g; Błonnik pokarmowy: 44.36 g; Sól: 4.72 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 2.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1673.94 kcal; Białko ogółem: 98.4 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.54 g; Węglowodany ogółem: 152.95 g; suma cukrów prostych: 45.75 g; Błonnik pokarmowy: 15.44 g; Sól: 3.41 g; WW: 13.88 Por; Cholesterol: 608.09 mg;

| niedziela 2026-02-01      Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1854.03 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 165.52 g; suma cukrów prostych: 46.29 g; Błonnik pokarmowy: 16.34 g; Sól: 3.82 g; WW: 15.1 Por; Cholesterol: 894.14 mg;

| niedziela 2026-02-01      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),        | rosół - dieta 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , sałata zielona 20 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2136.8 kcal; Białko ogółem: 115 g; Tłuszcz: 105.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.81 g; Węglowodany ogółem: 193.04 g; suma cukrów prostych: 57.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 6.32 g; WW: 17.04 Por; Cholesterol: 940.12 mg;

| niedziela 2026-02-01      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie z dynią 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 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> ), Rukola 20 g , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.36 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 98.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.78 g; Węglowodany ogółem: 284.5 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sól: 7.74 g; WW: 24.99 Por; Cholesterol: 809.8 mg;

| niedziela 2026-02-01      Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2605.96 kcal; Białko ogółem: 154.14 g; Tłuszcz: 99.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.96 g; Węglowodany ogółem: 281.63 g; suma cukrów prostych: 64.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Sól: 7.25 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 874.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: HEMATOLOGICZNA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOW                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2542.71 kcal; Białko ogółem: 143.45 g; Tłuszcz: 98.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; suma cukrów prostych: 63.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.27 g; Sól: 9.49 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 319.03 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,              | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy b/mleczna 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , sałata zielona 20 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , Rukola 20 g ,                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2009.46 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 258.41 g; suma cukrów prostych: 58.78 g; Błonnik pokarmowy: 41.32 g; Sól: 5.5 g; WW: 21.93 Por; Cholesterol: 706.07 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,       | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml ( <u>SEL</u> ), mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , sałata zielona 20 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.06 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 132.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.9 g; Węglowodany ogółem: 216.64 g; suma cukrów prostych: 52.44 g; Błonnik pokarmowy: 11.79 g; Sól: 4.11 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 924.07 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2868.54 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 122.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.23 Por; Cholesterol: 853.82 mg;

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                    | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), | zupa z brukselki z ziemniakami b/ml OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym OTS 300 ml ,                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.37 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 277.45 g; suma cukrów prostych: 69.47 g; Błonnik pokarmowy: 46.9 g; Sól: 4.97 g; WW: 23.11 Por; Cholesterol: 381.38 mg;

| niedziela 2026-02-01 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> ),                                    |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,       |                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina wieprzowa 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> serek homogeizowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2868.54 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 122.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.23 Por; Cholesterol: 853.82 mg;

| niedziela 2026-02-01 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> ), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <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 , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                                                   |                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                          |

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

| niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> banan 200 g ,                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2385.1 kcal; Białko ogółem: 130.46 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 275.75 g; suma cukrów prostych: 81.72 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; Sól: 6.85 g; WW: 25.62 Por; Cholesterol: 842.28 mg;