

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>środa 2026-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2550.3 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 124.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 278.91 g; suma cukrów prostych: 45.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; Sól: 6.81 g; WW: 24.55 Por; Cholesterol: 882.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2659.85 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 128.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.93 g; Węglowodany ogółem: 288.75 g; suma cukrów prostych: 60.98 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; Sól: 6.58 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 902.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-02-25</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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ), wafle ryżowe 50 g ,                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2405.84 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 103.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; suma cukrów prostych: 50.8 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; Sól: 5.39 g; WW: 25.28 Por; Cholesterol: 822.97 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2497.25 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 115.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 284.1 g; suma cukrów prostych: 52.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Sól: 6.02 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 857.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ),</p> | <p>jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,</p> |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2536.16 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 95.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; suma cukrów prostych: 70.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; Sól: 4.7 g; WW: 30.98 Por; Cholesterol: 794.74 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ),</p> | <p>zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u>, <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 20 g ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 101.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44 g; Węglowodany ogółem: 275.35 g; suma cukrów prostych: 52.1 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 6.54 g; WW: 25.8 Por; Cholesterol: 889.07 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ),</p> | <p>zupa ryżowa 200 ml ( <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u>, <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g ,</p> |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1739.25 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 171.79 g; suma cukrów prostych: 46.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Sól: 4.6 g; WW: 15.73 Por; Cholesterol: 837.7 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ),</p> | <p>zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u>, <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g ,</p> |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1861.54 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.33 g; Węglowodany ogółem: 195.98 g; suma cukrów prostych: 47.58 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; Sól: 4.73 g; WW: 18.04 Por; Cholesterol: 844.3 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u> ),</p> | <p>zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u>, <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g ,</p> |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.24 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 94.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; suma cukrów prostych: 60.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Sól: 6.37 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 864.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>Rukola 20 g ,                        |
| 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> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),<br>rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.29 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 88.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 272.02 g; suma cukrów prostych: 42.62 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 7.9 g; WW: 23.18 Por; Cholesterol: 809.35 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2143.78 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 104.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 211.39 g; suma cukrów prostych: 51.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 4.78 g; WW: 18.3 Por; Cholesterol: 852.89 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2420.98 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 106.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; suma cukrów prostych: 55.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.58 g; Sól: 6.3 g; WW: 23.46 Por; Cholesterol: 854.09 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,<br>Rukola 20 g ,                              |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),<br>rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.94 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 258.45 g; suma cukrów prostych: 32.64 g; Błonnik pokarmowy: 42.14 g; Sól: 5.8 g; WW: 21.88 Por; Cholesterol: 925.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,                           |
| 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> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2459.81 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 96.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 303.01 g; suma cukrów prostych: 57.59 g; Błonnik pokarmowy: 46.24 g; Sól: 8.28 g; WW: 25.99 Por; Cholesterol: 839.69 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/głut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.61 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 55.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 280.15 g; suma cukrów prostych: 28.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Sól: 7.98 g; WW: 25.63 Por; Cholesterol: 854.2 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.01 kcal; Białko ogółem: 53.92 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 297.3 g; suma cukrów prostych: 33.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 3.74 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 228.74 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , wafle ryżowe 50 g ,                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2164.47 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; suma cukrów prostych: 74.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g; Sól: 5.27 g; WW: 29.15 Por; Cholesterol: 850.86 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), wędlina 50 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g, wafle ryżowe 50 g,                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2469.31 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 336.34 g; suma cukrów prostych: 85.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; Sól: 5.29 g; WW: 30.22 Por; Cholesterol: 940.74 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2708.83 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 131.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.68 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; suma cukrów prostych: 63.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; Sól: 6.79 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 914.56 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                          |                                                                                                           |                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                  | zupa ryżowa płynna 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), płynna - obiad 600 ml, | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                           | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.09 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 129.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.97 g; Węglowodany ogółem: 111.18 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.59 g; Sól: 1.7 g; WW: 10.71 Por; Cholesterol: 1039.97 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Papkowata                                     |                                                                                                             |                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                   | zupa ryżowa papka 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), papkowata - obiad 650 ml, | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |                                                                                                             | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2067.49 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 129.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 122.43 g; suma cukrów prostych: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 6.51 g; Sól: 1.7 g; WW: 11.76 Por; Cholesterol: 1037.87 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2673.14 kcal; Białko ogółem: 114.77 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 351.3 g; suma cukrów prostych: 106.6 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; Sól: 5.13 g; WW: 32.78 Por; Cholesterol: 811.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2445.27 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 97.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 290.13 g; suma cukrów prostych: 35.25 g; Błonnik pokarmowy: 27 g; Sól: 7.36 g; WW: 26.66 Por; Cholesterol: 781.85 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1667.35 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; suma cukrów prostych: 24.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 4.53 g; WW: 15.97 Por; Cholesterol: 761.67 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Rukola 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2640.96 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 132.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.48 g; Węglowodany ogółem: 285 g; suma cukrów prostych: 41.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.96 g; Sól: 6.96 g; WW: 24.51 Por; Cholesterol: 884.09 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <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> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, dżem owocowy 50 g,                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.71 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 83.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.05 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; suma cukrów prostych: 50.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; Sól: 5.09 g; WW: 26.13 Por; Cholesterol: 683.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, Rukola 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2446.23 kcal; Białko ogółem: 101.5 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw.łł.nas.ogółem: 60.33 g; Węglowodany ogółem: 284.08 g; suma cukrów prostych: 37.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.42 g; Sól: 5.2 g; WW: 24.66 Por; Cholesterol: 693.96 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g, |
|                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2317.95 kcal; Białko ogółem: 123.67 g; Tłuszcz: 95.25 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 261.51 g; suma cukrów prostych: 23.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.93 g; Sól: 4.76 g; WW: 22.18 Por; Cholesterol: 288.76 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g, | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,                                                                    |                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,           |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g,                             |
|                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.35 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 117.47 g; Kw.łł.nas.ogółem: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 210.55 g; suma cukrów prostych: 13.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.73 g; Sól: 1.76 g; WW: 19.49 Por; Cholesterol: 797.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyporkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,               |
|                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2334.78 kcal; Białko ogółem: 106.8 g; Tłuszcz: 127.26 g; Kw.łł.nas.ogółem: 59.09 g; Węglowodany ogółem: 214.11 g; suma cukrów prostych: 12.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.73 g; Sól: 1.92 g; WW: 19.83 Por; Cholesterol: 697.83 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,                     |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2347.04 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 117.53 g; Kw.łł.nas.ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 219.97 g; suma cukrów prostych: 19.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.53 g; Sól: 1.9 g; WW: 20.42 Por; Cholesterol: 822.34 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,               |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , rzodkiewka 40 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2404.13 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 102.64 g; Kw.łł.nas.ogółem: 67.72 g; Węglowodany ogółem: 277.31 g; suma cukrów prostych: 34.13 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g; Sól: 8.16 g; WW: 23.67 Por; Cholesterol: 798.36 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g ,                          |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2411 kcal; Białko ogółem: 130.12 g; Tłuszcz: 117.43 g; Kw.łł.nas.ogółem: 48.29 g; Węglowodany ogółem: 230.91 g; suma cukrów prostych: 25.32 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 4.53 g; WW: 21.22 Por; Cholesterol: 823.56 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 Por ( <u>GLU</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , 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.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g , mandarynka 100 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), rzodkiewka 40 g ,                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.89 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 296.05 g; suma cukrów prostych: 46.64 g; Błonnik pokarmowy: 50.38 g; Sól: 4.75 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 672.88 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2017.26 kcal; Białko ogółem: 48.92 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 274.29 g; suma cukrów prostych: 27.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.28 g; Sól: 3.6 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 204.34 mg;

| środa 2026-02-25 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;

| środa 2026-02-25 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.: 1965.3 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Biegunkowa                                                                   |                                                                                                                                                                |                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,                           | zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                     |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalafior gotowany - ots 100 g , parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , marchew z groszkiem - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ), rodzynki ots 25 g ,                                                                                              |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: wafle ryżowe 50 g ,                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2240.92 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29 g; Węglowodany ogółem: 292.53 g; suma cukrów prostych: 51.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; Sól: 4.63 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 908.74 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalafior gotowany - ots 100 g , kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , brokuł gotowany - OTS 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c - OTS 250 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                       |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu                   |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 841.8 kcal; Białko ogółem: 49.17 g; Tłuszcz: 28.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.48 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)                         |                                                                                          |                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                              |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), 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.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                         |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), 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.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                    |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                        |                                                                                                                                         | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                             |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                            |                                                                  |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                        |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                    |                                                                  | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z karczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2330.98 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 289.27 g; suma cukrów prostych: 22.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; Sól: 8.63 g; WW: 26.44 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                              | 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;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                             | kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1137.04 kcal; Białko ogółem: 49.34 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 101.54 g; suma cukrów prostych: 9.59 g; Błonnik pokarmowy: 12.4 g; Sól: 1.81 g; WW: 9.01 Por; Cholesterol: 264.27 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2489.04 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 104.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 284.65 g; suma cukrów prostych: 58.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 6.78 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 901.07 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Gołąbki jarskie z kaszy pęczak 300 Por ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), rzodkiewka 40 g ,                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.18 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 100.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; suma cukrów prostych: 45.76 g; Błonnik pokarmowy: 48.39 g; Sól: 6.03 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 720.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus z ciecierzycy 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), spaghetti z tofu 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100 g, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40 g,                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.57 kcal; Białko ogółem: 58.04 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw.ł.nas.ogółem: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 336.83 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g; Sól: 4.29 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.23 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 112.35 g; Kw.ł.nas.ogółem: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 227.94 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; Sól: 5.08 g; WW: 21.39 Por; Cholesterol: 844.81 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g,                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.73 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 114.62 g; Kw.ł.nas.ogółem: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 253.82 g; suma cukrów prostych: 50.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.68 g; Sól: 5.26 g; WW: 23.74 Por; Cholesterol: 856.59 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | jarzynowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,        |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1999.28 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 102.2 g; Kw.ł.nas.ogółem: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 185.51 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sól: 4.6 g; WW: 15.95 Por; Cholesterol: 841.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | jarzynowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), spaghetti pełnoziarniste z tofu 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,          |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2297.82 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 291.52 g; suma cukrów prostych: 44 g; Błonnik pokarmowy: 44.18 g; Sól: 6.11 g; WW: 24.92 Por; Cholesterol: 709.43 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , Rukola 20 g ,                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2110.07 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 82.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 71.4 g; Węglowodany ogółem: 275.79 g; suma cukrów prostych: 50.87 g; Błonnik pokarmowy: 38 g; Sól: 5.62 g; WW: 23.98 Por; Cholesterol: 726.88 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g ,        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2563.14 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 136.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.64 g; Węglowodany ogółem: 230.92 g; suma cukrów prostych: 42.27 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 2.29 g; WW: 21.94 Por; Cholesterol: 858.04 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalafior gotowany - ots 100 g , parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | rosół z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , udko z kurczaka duszone z/k, z/s - ots 200 g , marchew z groszkiem - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,                                                                                                                          |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                         |                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , ),                             |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,          |                                                                                                         | Posilek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), |

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

| środa 2026-02-25 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 ryżowa papka 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                                                              |                                                                                                                                                           | Posilek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.39 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 250.85 g; suma cukrów prostych: 138.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g; Sól: 3.99 g; WW: 23.68 Por; Cholesterol: 462.13 mg;

| środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), | zupa ryżowa 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), 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> , ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny: Koktajl bananowy 200 ml ( <u>MLE</u> , ),                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2489.04 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 104.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 284.65 g; suma cukrów prostych: 58.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.4 g; Sól: 6.78 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 901.07 mg;