

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2403.05 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 105.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 7.07 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 285.8 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żytny 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , musztarda 20 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2674.17 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 110.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; suma cukrów prostych: 82.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.89 g; Sól: 7.38 g; WW: 27.93 Por; Cholesterol: 305.8 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), musztarda 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2346.17 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 293.02 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; Sól: 6.74 g; WW: 25.98 Por; Cholesterol: 231.94 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2739.91 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 117.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 311.35 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.5 g; Sól: 6.48 g; WW: 28.86 Por; Cholesterol: 300.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2510.74 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 96.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; suma cukrów prostych: 52.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.4 g; Sól: 5.16 g; WW: 27.82 Por; Cholesterol: 237.98 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2420.52 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 86.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 311.18 g; suma cukrów prostych: 72.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g; Sól: 5.48 g; WW: 29.08 Por; Cholesterol: 248.62 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1681.89 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 183.43 g; suma cukrów prostych: 46.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.13 g; Sól: 3.09 g; WW: 16.95 Por; Cholesterol: 186.37 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2020.3 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 223.74 g; suma cukrów prostych: 48.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.36 g; Sól: 3.95 g; WW: 20.79 Por; Cholesterol: 234.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2560 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 88.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; suma cukrów prostych: 61.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.6 g; Sól: 5.59 g; WW: 30.44 Por; Cholesterol: 254.62 mg;

wtorek 2026-03-03 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, rosół 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	pasta z wędliny drob. 100 g, pomidor 100 g, chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2385.27 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 101.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 258.38 g; suma cukrów prostych: 30.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Sól: 4.88 g; WW: 22.17 Por; Cholesterol: 180.87 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), rosół 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 g, pomidor 100 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2294.29 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 106.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 233.2 g; suma cukrów prostych: 49.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 4.96 g; WW: 20.21 Por; Cholesterol: 292.07 mg;

wtorek 2026-03-03 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>), rosół 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2571.49 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 108.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Sól: 6.48 g; WW: 25.37 Por; Cholesterol: 293.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 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>), rosół 20 g , twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 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>), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 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. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2205.99 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 87.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 258.28 g; suma cukrów prostych: 30.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Sól: 4.88 g; WW: 22.15 Por; Cholesterol: 147.79 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , rosół 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2615.37 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 106.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; suma cukrów prostych: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Sól: 5.16 g; WW: 25.58 Por; Cholesterol: 200.87 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2018.5 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 281.27 g; suma cukrów prostych: 35.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.2 g; Sól: 8.75 g; WW: 25.89 Por; Cholesterol: 95.89 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	wędlina 30g 30 g , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), chleb PKU 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2006.68 kcal; Białko ogółem: 54.42 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 275.32 g; suma cukrów prostych: 34.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.42 g; Sól: 5.7 g; WW: 25.99 Por; Cholesterol: 220.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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>), pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2259.63 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 330.79 g; suma cukrów prostych: 75.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 3.98 g; WW: 30.08 Por; Cholesterol: 102.29 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	pasta z wędliny drob. 100 g, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2532.31 kcal; Białko ogółem: 110.5 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; Sól: 4.14 g; WW: 32.62 Por; Cholesterol: 174.17 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, rosponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, musztarda 20 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2722.07 kcal; Białko ogółem: 122.4 g; Tłuszcz: 113.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; suma cukrów prostych: 85 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; Sól: 7.59 g; WW: 28.14 Por; Cholesterol: 317.8 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2119.11 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 130.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 131.47 g; suma cukrów prostych: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.26 g; Sól: 1.75 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2164.51 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 130.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.75 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1041.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 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 własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki 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, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2593.8 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; Tłuszcz: 88.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; suma cukrów prostych: 58.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.4 g; Sól: 9.37 g; WW: 31.57 Por; Cholesterol: 266.26 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 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 własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki 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, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2512.81 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 303.5 g; suma cukrów prostych: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 20.7 g; Sól: 7.72 g; WW: 28.41 Por; Cholesterol: 246.26 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	żurek z ziemniakami 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	wędlina 50 g, chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1638.97 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 171.06 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; Sól: 3.42 g; WW: 14.67 Por; Cholesterol: 140.68 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, musztarda 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2336.7 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 261.64 g; suma cukrów prostych: 33.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; Sól: 6.73 g; WW: 22.51 Por; Cholesterol: 246.49 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2052.29 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 294.54 g; suma cukrów prostych: 69.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Sól: 6.78 g; WW: 26.4 Por; Cholesterol: 46.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone b/ml,b/glut 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 , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), rzodkiewka 40 g , banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2234.99 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 94.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.87 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; suma cukrów prostych: 56.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; Sól: 4.45 g; WW: 21.19 Por; Cholesterol: 80.52 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2204.86 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 252.45 g; suma cukrów prostych: 72.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g; Sól: 4.5 g; WW: 21.96 Por; Cholesterol: 177.52 mg;

wtorek 2026-03-03 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.tł.nas.ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; Sól: 2.66 g; WW: 21.53 Por; Cholesterol: 166.85 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2292.62 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 118.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 208.08 g; suma cukrów prostych: 52.28 g; Błonnik pokarmowy: 16.32 g; Sól: 1.02 g; WW: 19.32 Por; Cholesterol: 158.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2231.95 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 118.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.55 g; Węglowodany ogółem: 185.83 g; suma cukrów prostych: 16.71 g; Błonnik pokarmowy: 11.24 g; Sól: 1.32 g; WW: 17.52 Por; Cholesterol: 79.02 mg;

wtorek 2026-03-03 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>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 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>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2576.28 kcal; Białko ogółem: 116.41 g; Tłuszcz: 139.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 219.53 g; suma cukrów prostych: 20.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.92 g; Sól: 1 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 183.11 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2276.34 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 100.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.02 g; Węglowodany ogółem: 257.1 g; suma cukrów prostych: 28.35 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; Sól: 5.66 g; WW: 21.74 Por; Cholesterol: 48.83 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , roszponka 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu b/mleka 100 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2403.47 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 129.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 216.62 g; suma cukrów prostych: 19.69 g; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; Sól: 2.25 g; WW: 19.81 Por; Cholesterol: 46.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2226.77 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 359.74 g; suma cukrów prostych: 68.69 g; Błonnik pokarmowy: 46.63 g; Sól: 4.16 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 229.1 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</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 własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 30g 30 g , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2079.04 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; suma cukrów prostych: 28.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.14 g; Sól: 5.46 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 224.7 mg;

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jablek 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

wtorek 2026-03-03 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, 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;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), dynia gotowana - ots 100 g , serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku - OTS 400 g (<u>GLU, MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. OTS 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron ugotowany - ots 200 g (<u>GLU</u>), Mus z jabłek prażonych OTS 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy b/c OTS 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna OTS 200 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c OTS 250 g (<u>MLE</u>), biszkopty OTS 50 g (<u>GLU, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3273.23 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 123.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 432.48 g; suma cukrów prostych: 136.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; Sól: 6.44 g; WW: 40.17 Por; Cholesterol: 280.03 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	grysiówka z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU, MLE</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>), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2333.22 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 72.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 309.26 g; suma cukrów prostych: 45.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; Sól: 3.94 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 160.17 mg;

wtorek 2026-03-03 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>), kielbasa śląska -ots 120 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), ketchup saszelka 2 szt (<u>SEL</u>), dynia gotowana - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku - OTS 400 g (<u>GLU, MLE</u>),	kapuśniak z kisz. kap. OTS 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron ugotowany - ots 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami OTS 200 g (<u>GLU, SEL</u>), kalafior z bułką tartą OTS 150 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna OTS 200 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c - OTS 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3051.34 kcal; Białko ogółem: 122.9 g; Tłuszcz: 134.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.17 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; suma cukrów prostych: 44.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.38 Por; Cholesterol: 317.95 mg;

wtorek 2026-03-03 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

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 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>),		Posilek 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;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posilek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

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

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , 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 ,		Posilek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1082.68 kcal; Białko ogółem: 41.83 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.32 g; Węglowodany ogółem: 111.11 g; suma cukrów prostych: 14.41 g; Błonnik pokarmowy: 11.77 g; Sól: 2.19 g; WW: 9.95 Por; Cholesterol: 136.7 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2323.35 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 309.55 g; suma cukrów prostych: 78.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Sól: 4.28 g; WW: 28.94 Por; Cholesterol: 192.17 mg;

wtorek 2026-03-03 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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszonek 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , buraczki duszone 130 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>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: banan 200 g , jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2093.27 kcal; Białko ogółem: 67.29 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.4 g; Węglowodany ogółem: 289.99 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g; Sól: 3.69 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 106.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, hummus 130 g (<u>SEZ</u>), roszponka 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ogórek świeży 100 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>), gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, buraczki duszone b/ml,b/glut 130 g,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: banan 200 g, sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2234.92 kcal; Białko ogółem: 47.67 g; Tłuszcz: 99.75 g; Kw.łł.nas.ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; suma cukrów prostych: 87.44 g; Błonnik pokarmowy: 43.34 g; Sól: 4.44 g; WW: 26.36 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	żurek z ziemniakami 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	parówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2304.28 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 99.65 g; Kw.łł.nas.ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 255.57 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g; Sól: 4.68 g; WW: 23.92 Por; Cholesterol: 258.26 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,	żurek z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), buraczki duszone 130 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	parówka 2 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), pomidor 100 g, bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2601.31 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 116.71 g; Kw.łł.nas.ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 280.87 g; suma cukrów prostych: 50.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.7 g; Sól: 5.72 g; WW: 26.28 Por; Cholesterol: 299.83 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,	żurek z ziemniakami 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza gryczana na sypko 100 g, schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	wędlina 50 g, pomidor 100 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, mandarynka 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2023.4 kcal; Białko ogółem: 105.3 g; Tłuszcz: 97.8 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.86 g; Węglowodany ogółem: 193.17 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; Sól: 4.58 g; WW: 16.56 Por; Cholesterol: 281.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2174.99 kcal; Białko ogółem: 67.8 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 280.42 g; suma cukrów prostych: 40.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; Sól: 4.67 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 97.08 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , sałata zielona 20 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2355.36 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz: 95.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g; Sól: 5.54 g; WW: 24.52 Por; Cholesterol: 696.88 mg;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , chleb bezglutenowy 120 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , schab duszony 80 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos własny mięsny b/glutenu 100 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , mandarynka 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2555.4 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 125.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.33 g; Węglowodany ogółem: 245.64 g; suma cukrów prostych: 42.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g; Sól: 2.22 g; WW: 22.91 Por; Cholesterol: 282.81 mg;

wtorek 2026-03-03 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;

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), margaryna sztukowa 15g 1 szt , dynia gotowana - ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kapuśniak z kisz. kap. OTS B/ML 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), makaron ugotowany - ots 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami OTS 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kalafior gotowany - ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEJ</u>), sałatka wykwinna OTS 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2338.55 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 297.91 g; suma cukrów prostych: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.8 g; Sól: 4.29 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 113.82 mg;

