

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                 |
| <b>środa 2026-03-04 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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.79 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 92.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 271.37 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sól: 8.29 g; WW: 24.01 Por; Cholesterol: 334.18 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                         |
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2512.71 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 98.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 311.48 g; suma cukrów prostych: 71.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Sól: 8.6 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 354.18 mg;

|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca 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> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.17 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; suma cukrów prostych: 69.7 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g; Sól: 11.26 g; WW: 24.29 Por; Cholesterol: 328.14 mg;

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, |
| <b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2457.09 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 86.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 349.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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>), wędlina 50 g , Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>),</p> | <p>zupa neapolitańska 400 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet mielony 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), marchew z groszkiem 130 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,</p> | <p>bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>),</p>                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2457.09 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 86.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 349.28 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>),</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca 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>), dynia gotowana 130 g , 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.82 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 295.83 g; suma cukrów prostych: 63.64 g; Błonnik pokarmowy: 16.46 g; Sól: 4.65 g; WW: 28.24 Por; Cholesterol: 303.56 mg;

| środa 2026-03-04 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>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>),</p> | <p>zacierkowa - dieta 200 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>),</p> | <p>chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>),</p>                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1741.81 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 209.13 g; suma cukrów prostych: 68.9 g; Błonnik pokarmowy: 12.18 g; Sól: 2.95 g; WW: 19.89 Por; Cholesterol: 347.04 mg;

| środa 2026-03-04 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>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>),</p> | <p>zacierkowa - dieta 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca 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>), dynia gotowana 130 g , 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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,</p> |
| <p>II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>),</p>                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),</p>                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1872.82 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 234.22 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 13.08 g; Sól: 3.09 g; WW: 22.32 Por; Cholesterol: 352.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.52 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 296.8 g; suma cukrów prostych: 82.04 g; Błonnik pokarmowy: 15.24 g; Sól: 4.05 g; WW: 28.42 Por; Cholesterol: 372.56 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                               | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2143.36 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.45 g; Węglowodany ogółem: 265.98 g; suma cukrów prostych: 46.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sól: 10.23 g; WW: 23.04 Por; Cholesterol: 328.16 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                                                    | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1968.3 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 227.56 g; suma cukrów prostych: 53.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Sól: 3.92 g; WW: 20.13 Por; Cholesterol: 569.94 mg;

| środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,                                                   | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2245.5 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.9 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; suma cukrów prostych: 57.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.06 g; Sól: 5.44 g; WW: 25.29 Por; Cholesterol: 571.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 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> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2079.09 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; suma cukrów prostych: 41.3 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g; Sól: 8.87 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 247.58 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                      | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.77 kcal; Białko ogółem: 118.4 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; suma cukrów prostych: 59.98 g; Błonnik pokarmowy: 44.43 g; Sól: 9.39 g; WW: 29.56 Por; Cholesterol: 312.66 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1932.81 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 280.13 g; suma cukrów prostych: 36.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 7.11 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 192.98 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , pietruszka gotowana 100 g , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.39 kcal; Białko ogółem: 51.77 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 285.84 g; suma cukrów prostych: 35.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; Sól: 3.77 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 209.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.12 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 372.95 g; suma cukrów prostych: 95.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; Sól: 6.54 g; WW: 35.37 Por; Cholesterol: 239.58 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.15 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.7 g; Węglowodany ogółem: 318.65 g; suma cukrów prostych: 74.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; Sól: 4.83 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 248.06 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), Rukola 20 g, | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2552.69 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 98.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 318.47 g; suma cukrów prostych: 80.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; Sól: 10.91 g; WW: 28.39 Por; Cholesterol: 354.18 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona          |                                                                                                       |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, zacierkowa - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                       | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2039.52 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 129.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 112.99 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.72 g; WW: 10.94 Por; Cholesterol: 1037.79 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Papkowata                     |                                                                                                         |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                   | papkowata - obiad 650 ml, zacierkowa - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                         | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.92 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 129.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 124.24 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.72 g; WW: 11.99 Por; Cholesterol: 1035.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2587.67 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 97.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; Sól: 5.34 g; WW: 31.68 Por; Cholesterol: 387.56 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2399.33 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 302.72 g; suma cukrów prostych: 39.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Sól: 7.28 g; WW: 27.85 Por; Cholesterol: 353.16 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 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.: 1748.08 kcal; Białko ogółem: 92.9 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 202.05 g; suma cukrów prostych: 25.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sól: 5.07 g; WW: 17.66 Por; Cholesterol: 251.26 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, Rukola 20 g, | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g,           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2333.5 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 96.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 276.3 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g; Sól: 8.54 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 342.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2083.37 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 288.6 g; suma cukrów prostych: 47.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; Sól: 7.28 g; WW: 26.36 Por; Cholesterol: 203.47 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Rukola 20 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , dynia gotowana 130 g , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2016.46 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.11 g; Węglowodany ogółem: 276.27 g; suma cukrów prostych: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 6.21 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 163.94 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/jaj 90 g ( <u>GLU</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</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> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2063.34 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; suma cukrów prostych: 54.9 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Sól: 6.06 g; WW: 24.77 Por; Cholesterol: 184.78 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , | wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,                                                         |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200<br>g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g<br>( <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana<br>130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser<br>wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna<br>b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.61 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 105.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 227.63 g; suma cukrów prostych: 13.74 g; Błonnik pokarmowy: 17.09 g; Sól: 2.54 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 231.98 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa<br>drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , Rukola 20 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200<br>g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g<br>( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml<br>100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu<br>90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                  |
|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , pasta z soczewicy<br>100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 10 g , sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2238.83 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 108.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.42 g; Węglowodany ogółem: 229.2 g; suma cukrów prostych: 12.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.09 g; Sól: 3.32 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 306.39 mg;

| środa 2026-03-04 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> ),<br>wędlina 50 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200<br>g , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ),<br>kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos<br>koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może<br/>zawierać: GOR</u> ), Zrazik drobiowy z udźca<br>gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek<br>homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml<br>, papryka świeża 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g<br>( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.61 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 252.27 g; suma cukrów prostych: 32.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; Sól: 5.12 g; WW: 23.21 Por; Cholesterol: 283.48 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa<br>drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata<br>czarna b/c 400 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200<br>g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> ,<br><u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i<br>porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny<br>100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Zrazik<br>drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g ,<br>Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,                  |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g ,<br>sałata zielona 20 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.85 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 85.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.58 g; Węglowodany ogółem: 312.5 g; suma cukrów prostych: 34.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 9.66 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 309.09 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Rukola 20 g , ogórek kiszony 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,           |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2319.83 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 109.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.57 g; Węglowodany ogółem: 246.3 g; suma cukrów prostych: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g; Sól: 5.66 g; WW: 22.67 Por; Cholesterol: 306.39 mg;

| środa 2026-03-04 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g , | zupa neapolitańska jarska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Kotlety ziemniaczane 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pieczarkowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2610.73 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 109.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.8 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.7 Por; Cholesterol: 291.11 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , pietruszka gotowana 100 g , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 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> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.39 kcal; Białko ogółem: 53.39 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 268.95 g; suma cukrów prostych: 22.76 g; Błonnik pokarmowy: 15.99 g; Sól: 1.43 g; WW: 25.43 Por; Cholesterol: 209.23 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),                                                                    |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                               | pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,                                                                                         |

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

| środa 2026-03-04 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 ,                            |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> 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 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko - OTS 200 g , filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem - ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3296.58 kcal; Białko ogółem: 157.74 g; Tłuszcz: 141.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.23 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; suma cukrów prostych: 70.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 9.33 g; WW: 34.43 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.8 kcal; Białko ogółem: 86.2 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; suma cukrów prostych: 63.93 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g; Sól: 4.13 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 216.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), kasza manna na mleku - ots 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | pomidorowa z makaronem - ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko - ots 200 g, filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem - ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3236.19 kcal; Białko ogółem: 158.06 g; Tłuszcz: 142.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.51 g; Węglowodany ogółem: 354.45 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

| środa 2026-03-04 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;

| środa 2026-03-04 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 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.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 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                       |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), |

**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 2026-03-04 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Bariatryczna                                                               |                                                                  |                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ),<br>jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), | Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                        |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                       |                                                                  | Posilek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kakao proszek 30 g ,                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posilek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2150.76 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.37 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.27 g; WW: 23.15 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posilek 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 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posilek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                     |

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

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                             | kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1013.83 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 39.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 104.89 g; suma cukrów prostych: 10.97 g; Błonnik pokarmowy: 11.49 g; Sól: 2.99 g; WW: 9.35 Por; Cholesterol: 196.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.82 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; suma cukrów prostych: 76.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.64 Por; Cholesterol: 303.56 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 100 g, | zupa neapolitańska jarska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, Kotlety ziemniaczane 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pieczarkowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2610.73 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 109.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.8 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.7 Por; Cholesterol: 291.11 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Rukola 20 g, | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ratatouille 300 g, ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, papryka świeża 100 g, |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: kiwi 100 g, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1959.03 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 306 g; suma cukrów prostych: 67.17 g; Błonnik pokarmowy: 43.61 g; Sól: 7.55 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

| środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1890.3 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 64.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 255.77 g; suma cukrów prostych: 65.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.69 g; Sól: 4.24 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 273.78 mg;

| środa 2026-03-04 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> ), wędlina 50 g, Rukola 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | zupa neapolitańska 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet mielony 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchew z groszkiem 130 g ( <u>GLU</u> ), | bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2318.49 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; suma cukrów prostych: 71.21 g; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; Sól: 6.02 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 348.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                                                    | zacierkowa - dieta 200 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g ,                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1837.3 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 202.47 g; suma cukrów prostych: 52.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Sól: 3.78 g; WW: 17.7 Por; Cholesterol: 564.42 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek kiszony 100 g , | zacierkowa - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z soczewicy 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g ,           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.05 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41 g; Węglowodany ogółem: 292.98 g; suma cukrów prostych: 53.54 g; Błonnik pokarmowy: 47.56 g; Sól: 9.37 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 197.18 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                                                                                   | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 20 g ,                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.59 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59 g; Węglowodany ogółem: 282.93 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g; Sól: 5.82 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 730.22 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Rukola 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,                                                   | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i chrzanu 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kiwi 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g ,                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2323.04 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 114.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 238.8 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; Błonnik pokarmowy: 14.03 g; Sól: 1.31 g; WW: 22.67 Por; Cholesterol: 573.66 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | pomidorowa z makaronem - ots B/ML 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko - OTS 200 g , filet z kurczaka duszony w ziołach - ots 100 g , warzywa na parze kalaf/brok/fasolka - ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy ots B/ML 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem - ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 250 ml ,                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.78 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 111.53 g; Kw.łł.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 47.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Sól: 8.57 g; WW: 29.21 Por; Cholesterol: 765.45 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                       |                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),   | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),                             |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,          |                                                                                                       | Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.łł.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 2026-03-04 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                               |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), zacierkowa - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                                           |                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1994.49 kcal; Białko ogółem: 76.15 g; Tłuszcz: 84.53 g; Kw.łł.nas.ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 237.13 g; suma cukrów prostych: 120.46 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g; Sól: 3.96 g; WW: 22.39 Por; Cholesterol: 459.94 mg;

| środa 2026-03-04 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.92 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.06 g; Węglowodany ogółem: 301.62 g; suma cukrów prostych: 67.39 g; Błonnik pokarmowy: 15.52 g; Sól: 4.87 g; WW: 28.86 Por; Cholesterol: 315.56 mg;