

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.73 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 282.32 g; suma cukrów prostych: 44.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sól: 6.56 g; WW: 25.18 Por; Cholesterol: 310.12 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2361.88 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 287.67 g; suma cukrów prostych: 61.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.29 g; Sól: 5.9 g; WW: 25.63 Por; Cholesterol: 378.02 mg;

|                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 2 sztuki 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), gruszka 150 g ,                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2165.95 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.6 g; Węglowodany ogółem: 275.9 g; suma cukrów prostych: 67.4 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Sól: 8.88 g; WW: 24.32 Por; Cholesterol: 302.09 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.21 kcal; Białko ogółem: 89.9 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 241.99 g; suma cukrów prostych: 49.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.2 g; Sól: 5.5 g; WW: 22.33 Por; Cholesterol: 309.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: gruszka 150 g ,                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2011.34 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 262.29 g; suma cukrów prostych: 51.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 4.94 g; WW: 23.96 Por; Cholesterol: 247.57 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2430.49 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 96.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 294.34 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Sól: 6.34 g; WW: 27.79 Por; Cholesterol: 328.43 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: banan 200 g ,                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1858.63 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 87.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 191.61 g; suma cukrów prostych: 71.19 g; Błonnik pokarmowy: 17.38 g; Sól: 4.42 g; WW: 17.63 Por; Cholesterol: 308.43 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: banan 200 g ,                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1905.99 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 87.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 202.58 g; suma cukrów prostych: 71.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.28 g; Sól: 4.48 g; WW: 18.66 Por; Cholesterol: 308.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: banan 200 g,                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.29 kcal; Białko ogółem: 93.7 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 235.62 g; suma cukrów prostych: 84.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g; Sól: 4.76 g; WW: 21.77 Por; Cholesterol: 328.43 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                          | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2330.05 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 94.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 278.57 g; suma cukrów prostych: 47.5 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 8.25 g; WW: 23.62 Por; Cholesterol: 336.68 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,  | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, rzodkiewka 40 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1992.51 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 202.99 g; suma cukrów prostych: 55.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sól: 4.47 g; WW: 17.63 Por; Cholesterol: 563.81 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, rzodkiewka 40 g, |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g,                    |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.81 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 97.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 269.03 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g; Sól: 6.11 g; WW: 23.22 Por; Cholesterol: 565.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2143.96 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 85.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 259.06 g; suma cukrów prostych: 40.52 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g; Sól: 7.76 g; WW: 21.85 Por; Cholesterol: 307.94 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2570.35 kcal; Białko ogółem: 123.66 g; Tłuszcz: 101.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 311.61 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 46.36 g; Sól: 8.53 g; WW: 26.73 Por; Cholesterol: 356.68 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,      |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.94 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; suma cukrów prostych: 29.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Sól: 10.87 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 167.5 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół z makaronem PKU - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2070.37 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g; suma cukrów prostych: 35.5 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; Sól: 7.81 g; WW: 28.02 Por; Cholesterol: 207.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: wafle ryżowe 50 g, Mus z jabłek prażonych 150 g,                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2353.18 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 381.37 g; suma cukrów prostych: 103.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 6.18 g; WW: 35.5 Por; Cholesterol: 177.1 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka 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> ), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2323.74 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 311.16 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.8 g; Sól: 9.37 g; WW: 28.75 Por; Cholesterol: 244.98 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, salata zielona 8g 8g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2407.86 kcal; Białko ogółem: 123.7 g; Tłuszcz: 108.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.17 g; Węglowodany ogółem: 257.8 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 6.22 g; WW: 23.04 Por; Cholesterol: 376.52 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona      |                                                                                                              |                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | płynna - obiad 600 ml, zupa ziemniaczana - dieta plynna 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                              | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Papkowata                 |                                                                                                                |                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                  | papkowata - obiad 650 ml, zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                                                                                                                | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 70 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2363.53 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.1 g; Węglowodany ogółem: 295.37 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; Sól: 8.27 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 342.03 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy z kurczaka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), pasta z mięsa drob. 100 g, 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.: 2276.18 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 86.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; suma cukrów prostych: 35.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sól: 10.32 g; WW: 26.02 Por; Cholesterol: 310.39 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,        |
| II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1599.32 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 167.76 g; suma cukrów prostych: 24.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 4.05 g; WW: 14.5 Por; Cholesterol: 215.65 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosółu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2252.59 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 97.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 261.03 g; suma cukrów prostych: 36.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.06 g; Sól: 6.51 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 303.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |
|                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posilek nocny: wafle ryżowe 50 g , sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.03 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 295.03 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sól: 9.82 g; WW: 27.13 Por; Cholesterol: 208.07 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posilek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.95 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 100.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 235.86 g; suma cukrów prostych: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g; Sól: 4.91 g; WW: 19.88 Por; Cholesterol: 328.03 mg;

| niedziela 2026-03-15 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                            | Posilek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2028.31 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; suma cukrów prostych: 37.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Sól: 6.24 g; WW: 21.72 Por; Cholesterol: 319.26 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Atopowa                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                      |                                                                                                                                                                                                                              | Posilek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,            |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN                                                                                             |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g ,          |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 110.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 202.54 g; suma cukrów prostych: 21.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.9 g; Sól: 1.96 g; WW: 18.41 Por; Cholesterol: 318.96 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA                                        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), papryka świeża 100 g ,       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2090.39 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 108.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 198.97 g; suma cukrów prostych: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.9 g; Sól: 1.54 g; WW: 18.01 Por; Cholesterol: 210.28 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,                |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.75 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 115.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 224.21 g; suma cukrów prostych: 34.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 4.36 g; WW: 20.28 Por; Cholesterol: 318.47 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.42 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 98.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 83.1 g; Węglowodany ogółem: 269.59 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Błonnik pokarmowy: 47.62 g; Sól: 7.75 g; WW: 22.41 Por; Cholesterol: 207.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , papryka świeża 100 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ),       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 126.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 231.54 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; Sól: 4.05 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 204.76 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , gruszka 150 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2082.18 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 321.57 g; suma cukrów prostych: 52.57 g; Błonnik pokarmowy: 44.43 g; Sól: 4.58 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 105.7 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | rosół z makaronem PKU - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pulpet drobiowy gotowany 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g , | chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
|                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1942.79 kcal; Białko ogółem: 50.52 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25 g; Węglowodany ogółem: 296.38 g; suma cukrów prostych: 27.9 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Sól: 3.46 g; WW: 28.23 Por; Cholesterol: 182.88 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                                               |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.3 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Biegunkowa                                                             |                                                                                                                                                             |                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,                           | zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,                     |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Naleśniki z serem OTS 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku OTS 300 g ( <u>MLE</u> ), | zupa z brukselki z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, |
|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                   |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g, | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), |
|                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Płatki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1940.68 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 293.52 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; Sól: 6.17 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 167.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ), | zupa z brukselki z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos zielony OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca ots 100 g ( <u>SEL</u> ),                                                        |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu               |                                                                                              |                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)                     |                                                                                          |                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.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;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)                                                                          |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)                                                                     |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.                                                                                                |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), | mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                 |                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,                                                                                      |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 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.łł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

| niedziela 2026-03-15 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.łł.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;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,                                                                               |                                                                                                                                                                                                      | Posilek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.łł.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;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz.-żył. 90 g ( <u>GLU</u> ), | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                              | Posilek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                     |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Posilek regeneracyjny |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                 | ziemniaki gotowane 250 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 830.69 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw.łł.nas.ogółem: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 59.56 g; suma cukrów prostych: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 5.16 g; Sól: 1.27 g; WW: 5.46 Por; Cholesterol: 242.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2383.32 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 300.4 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.1 Por; Cholesterol: 349.98 mg;

| niedziela 2026-03-15 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), gruszka 150 g, | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.48 kcal; Białko ogółem: 71 g; Tłuszcz: 72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; suma cukrów prostych: 57.18 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sól: 4.73 g; WW: 29.47 Por; Cholesterol: 126 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/ glu jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus z ciecierzycy 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 8g 8 g,                             |
|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2342.21 kcal; Białko ogółem: 59.32 g; Tłuszcz: 92.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.01 g; Węglowodany ogółem: 345.46 g; suma cukrów prostych: 56.6 g; Błonnik pokarmowy: 48.39 g; Sól: 4.89 g; WW: 29.81 Por; Cholesterol: 2.9 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosolu 30 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1810.37 kcal; Białko ogółem: 79.8 g; Tłuszcz: 86.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 183.04 g; suma cukrów prostych: 47.21 g; Błonnik pokarmowy: 14.14 g; Sól: 4.48 g; WW: 17.01 Por; Cholesterol: 300.64 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, surówka z czerwonej kapusty 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, |
| II Śniadanie: gruszka 150 g,                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1849.31 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 188.74 g; suma cukrów prostych: 48.48 g; Błonnik pokarmowy: 15.91 g; Sól: 4.33 g; WW: 17.4 Por; Cholesterol: 309.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ),<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),                              | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>ziemniaki gotowane 100 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,<br>makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), | chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,        |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , rzodkiewka 40 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1942.99 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 94.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 191.62 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sól: 4.41 g; WW: 16.58 Por; Cholesterol: 563.81 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 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> ),<br>ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.86 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; suma cukrów prostych: 45.14 g; Błonnik pokarmowy: 50.21 g; Sól: 7.62 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , | koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , rzodkiewka 40 g ,                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , filet z indyka gotowany 100 g , papryka świeża 100 g ,              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.52 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 262.58 g; suma cukrów prostych: 59.17 g; Błonnik pokarmowy: 40.62 g; Sól: 5.56 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 493.74 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ),<br>pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120 g ,     | zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ),<br>ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ),<br>surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ),<br>wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , rzodkiewka 40 g , |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.87 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 122.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 221.24 g; suma cukrów prostych: 50.35 g; Błonnik pokarmowy: 14.95 g; Sól: 2.25 g; WW: 20.72 Por; Cholesterol: 545.56 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia |                                                |                                                |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,                    | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , | kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml , |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone OTS 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , dżem 2 szt. 50 g , hummus ots 1 szt ( <u>SEJ</u> ), | zupa z brukselki z ziemniakami b/ml OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane OTS 200 g , pulpet drobiowy gotowany OTS 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona OTS 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka z selera i wędliny OTS 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |
|                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym OTS 300 ml ,                                                                                                                                              |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS |                                                                                                       |                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),       | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml , | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),                                    |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,       |                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , surówka z czerwonej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , makaron do rosolu 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), | chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.73 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 282.32 g; suma cukrów prostych: 44.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sól: 6.56 g; WW: 25.18 Por; Cholesterol: 310.12 mg;

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), | papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), zupa ziemniaczana - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), | papkowata - kolacja 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,                                                                                   |                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> budyni o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                         |

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

| niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | rosół - dieta 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), marchewka 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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2417.89 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 99.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 282.16 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Sól: 6.58 g; WW: 26.53 Por; Cholesterol: 340.43 mg;