

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2026-06-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet z ryby smażony 100g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.92 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 98.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.4 g; Sól: 5.26 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 808.47 mg;

<b>piątek 2026-06-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250g, filet z ryby smażony 100g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z truskawki z/c 250 ml, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 105.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; suma cukrów prostych: 61.32 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g; Sól: 5.04 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 828.47 mg;

<b>piątek 2026-06-19</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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet z ryby smażony 100g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2349.55 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 98.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 263.05 g; suma cukrów prostych: 49.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.1 g; Sól: 5.14 g; WW: 23.27 Por; Cholesterol: 815.67 mg;

<b>piątek 2026-06-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20g, rzodkiewka 40g, Herbata czarna b/c 400 ml
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2698.36 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 89.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.8 g; Węglowodany ogółem: 341.74 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Sól: 3.98 g; WW: 32.39 Por; Cholesterol: 830.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2698.36 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 89.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.8 g; Węglowodany ogółem: 341.74 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Sól: 3.98 g; WW: 32.39 Por; Cholesterol: 830.58 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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 , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2283.8 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Sól: 8.23 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 707.3 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1809.24 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 192.34 g; suma cukrów prostych: 53.14 g; Błonnik pokarmowy: 11.89 g; Sól: 2.48 g; WW: 18.3 Por; Cholesterol: 745.9 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2309.88 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 258.02 g; suma cukrów prostych: 65.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.32 g; Sól: 2.65 g; WW: 24.62 Por; Cholesterol: 829.98 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rosółka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2878.58 kcal; Białko ogółem: 132.76 g; Tłuszcz: 96.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.2 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; suma cukrów prostych: 78.7 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; Sól: 4.29 g; WW: 34.28 Por; Cholesterol: 849.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2364.65 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 94.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 278.81 g; suma cukrów prostych: 35.05 g; Błonnik pokarmowy: 48.22 g; Sól: 6.68 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 698.26 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.5 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 263.91 g; suma cukrów prostych: 59.41 g; Błonnik pokarmowy: 37.82 g; Sól: 5.49 g; WW: 22.83 Por; Cholesterol: 736.2 mg;

piątek 2026-06-19 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.1 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 94.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 294.39 g; suma cukrów prostych: 61.33 g; Błonnik pokarmowy: 42.62 g; Sól: 6.25 g; WW: 25.41 Por; Cholesterol: 736.8 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2252.14 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 282.72 g; suma cukrów prostych: 34.34 g; Błonnik pokarmowy: 45.61 g; Sól: 6.65 g; WW: 23.97 Por; Cholesterol: 144.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, salata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2623.75 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 102.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.1 g; Węglowodany ogółem: 315.32 g; suma cukrów prostych: 47.62 g; Błonnik pokarmowy: 50.64 g; Sól: 6.96 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 718.26 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2039.87 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; suma cukrów prostych: 23.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Sól: 8.31 g; WW: 25.48 Por; Cholesterol: 99.07 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, cukinia gotowana 130 g,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2097.97 kcal; Białko ogółem: 54.43 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 289.94 g; suma cukrów prostych: 30.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g; Sól: 6.34 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 154.89 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.01 kcal; Białko ogółem: 103.7 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 334.6 g; suma cukrów prostych: 64.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; Sól: 9.6 g; WW: 31.56 Por; Cholesterol: 122.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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, cukinia gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,			
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2542.48 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 362.66 g; suma cukrów prostych: 69.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sól: 9.92 g; WW: 34.15 Por; Cholesterol: 181.75 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), rozspanka 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2830.51 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 116.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; suma cukrów prostych: 45.65 g; Błonnik pokarmowy: 48.76 g; Sól: 5.47 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 835.17 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 130.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 123.71 g; suma cukrów prostych: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 7.63 g; Sól: 1.79 g; WW: 11.79 Por; Cholesterol: 1044.91 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml, szpinakowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 130.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 134.96 g; suma cukrów prostych: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 8.55 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.84 Por; Cholesterol: 1042.81 mg;

piątek 2026-06-19			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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, cukinia gotowana 130 g,	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> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2678.46 kcal; Białko ogółem: 124.04 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sól: 10.43 g; WW: 33.86 Por; Cholesterol: 182.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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 , cukinia gotowana 130 g ,	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> ), pietruszka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2421.97 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; suma cukrów prostych: 36.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Sól: 10.31 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 162.95 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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 , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752.88 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.2 g; Węglowodany ogółem: 204.76 g; suma cukrów prostych: 30.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; Sól: 3.97 g; WW: 17.88 Por; Cholesterol: 156.07 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), rzodkiewka 40 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2440.35 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 110.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 275.08 g; suma cukrów prostych: 27.04 g; Błonnik pokarmowy: 45.9 g; Sól: 5.36 g; WW: 23.25 Por; Cholesterol: 822.77 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko pieczone 150 g ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2316.96 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; suma cukrów prostych: 71.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.26 g; Sól: 8.76 g; WW: 29.64 Por; Cholesterol: 654.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 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 , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , rzodkiewka 40 g , wędlina 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.48 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 103.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.8 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; suma cukrów prostych: 26.35 g; Błonnik pokarmowy: 45.12 g; Sól: 5.14 g; WW: 25.97 Por; Cholesterol: 712.49 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany b/ jaj 90 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g , pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2352.82 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; suma cukrów prostych: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 45.25 g; Sól: 4.46 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 132.16 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1685.39 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.89 g; Sól: 2.61 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.23 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 116.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 212.19 g; suma cukrów prostych: 18.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.8 g; Sól: 1.61 g; WW: 19.2 Por; Cholesterol: 698.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL</b> ), pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB</b> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <b>SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.46 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 109.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 249.26 g; suma cukrów prostych: 19.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.8 g; Sól: 1.9 g; WW: 22.93 Por; Cholesterol: 599.88 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), twaróg krajanka 100 g ( <b>MLE</b> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z fasoli 100 g ( <b>SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), rzodkiewka 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.73 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 118.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 212.19 g; suma cukrów prostych: 18.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.8 g; Sól: 1.61 g; WW: 19.2 Por; Cholesterol: 698.5 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ),	chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <b>SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 5 g , rzodkiewka 40 g , wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.27 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 283.06 g; suma cukrów prostych: 33.85 g; Błonnik pokarmowy: 49.16 g; Sól: 7.09 g; WW: 23.66 Por; Cholesterol: 602.58 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB</b> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <b>JAJ, RYB</b> ),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z fasoli 100 g ( <b>SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , rzodkiewka 40 g , wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2200.51 kcal; Białko ogółem: 114.5 g; Tłuszcz: 106.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 219.45 g; suma cukrów prostych: 24.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Sól: 3.31 g; WW: 19.54 Por; Cholesterol: 599.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ratatouille 300 g, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g,	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 fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, rozspanka 20 g, miód 2 szt. 50 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g, masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2318.11 kcal; Białko ogółem: 79.6 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; suma cukrów prostych: 46.27 g; Błonnik pokarmowy: 48.86 g; Sól: 4.79 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 659.73 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny gotowany 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 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, cukinia gotowana 130 g,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pietruszka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1826.95 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.6 g; Węglowodany ogółem: 236.77 g; suma cukrów prostych: 21.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g; Sól: 5.03 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 406.27 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta b/mleczna 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
<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</u> , <u>ORZ</u> ),

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

piątek 2026-06-19 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 8g, 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 koperkowy 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,
<b>II Śniadanie:</b> kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.87 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; suma cukrów prostych: 67.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.9 g; Sól: 6.11 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 174.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

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

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wieprzowa duszona OTS 120 g , kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2765.89 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 116.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.1 g; Węglowodany ogółem: 327.8 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 7.09 g; WW: 29.77 Por; Cholesterol: 287.6 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.95 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 302.28 g; suma cukrów prostych: 45.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sól: 9.48 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 149.75 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku OTS 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami OTS 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), puree ziemniaczane OTS 200 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wieprzowa duszona OTS 120 g , kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c - OTS 250 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2731.07 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 117.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 315.3 g; suma cukrów prostych: 59.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 7.14 g; WW: 28.53 Por; Cholesterol: 291.2 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
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 ,	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: 2.04 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ścista 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.łt.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;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.łt.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;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 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.łt.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;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.łt.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;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

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

piątek 2026-06-19 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 ,		Posiłek 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.łt.nas.ogółem: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 265.37 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.25 g; WW: 23.15 Por; Cholesterol: 215.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 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 gotowany (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

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

piątek 2026-06-19 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.-żyt. 90 g ( <u>GLU</u> ),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

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

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 912.19 kcal; Białko ogółem: 35.2 g; Tłuszcz: 44.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.21 g; Węglowodany ogółem: 96.92 g; suma cukrów prostych: 14.73 g; Błonnik pokarmowy: 13.79 g; Sól: 1.33 g; WW: 8.43 Por; Cholesterol: 157.04 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2442.8 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 327.26 g; suma cukrów prostych: 43.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Sól: 8.09 g; WW: 31.02 Por; Cholesterol: 695.3 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ratatouille 300 g , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , roszponka 20 g , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2272.2 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; suma cukrów prostych: 40.44 g; Błonnik pokarmowy: 49.18 g; Sól: 4.67 g; WW: 27.65 Por; Cholesterol: 653.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus szt 115 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 20 g, gruszka 150 g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ratatouille 300 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, paszтет sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), roszponka 20 g,
		Posiłek nocny: pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ, ORZ, SEL, GOR</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.53 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; Tłuszcz: 98.02 g; Kw.ł.nas.ogółem: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 300.1 g; suma cukrów prostych: 65.43 g; Błonnik pokarmowy: 51.07 g; Sól: 4.44 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 2.7 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2059.12 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw.ł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 245.58 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 13.14 g; Sól: 3.05 g; WW: 23.49 Por; Cholesterol: 745.9 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), pierogi z serem 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, rzodkiewka 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2559.76 kcal; Białko ogółem: 116.53 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw.ł.nas.ogółem: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; suma cukrów prostych: 68.81 g; Błonnik pokarmowy: 15.57 g; Sól: 3.22 g; WW: 29.81 Por; Cholesterol: 829.98 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g, papryka świeża 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2065.5 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 97.83 g; Kw.ł.nas.ogółem: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 204.85 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; Sól: 5.01 g; WW: 17.59 Por; Cholesterol: 740.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ratatouille 300 g , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , rozspanka 20 g ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z fasoli 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), rzodkiewka 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2187.25 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 281.59 g; suma cukrów prostych: 46.58 g; Błonnik pokarmowy: 49.54 g; Sól: 6.31 g; WW: 23.5 Por; Cholesterol: 141.78 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , rozspanka 20 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 30 g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.4 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 85.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Błonnik pokarmowy: 43.1 g; Sól: 5.74 g; WW: 23.78 Por; Cholesterol: 628.99 mg;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy b/glutenowy 100 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), rozspanka 20 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30 g , papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2357.66 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 121.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 225.59 g; suma cukrów prostych: 50.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sól: 2.19 g; WW: 20.99 Por; Cholesterol: 732.2 mg;

piątek 2026-06-19			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;

piątek 2026-06-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), butka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	jarzynowa z ziemniakami b/ml OTS 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szynka wieprzowa duszona OTS 120 g , kapusta czerwona zasmażana - ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański OTS 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą OTS 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2287.75 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 99.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 268.1 g; suma cukrów prostych: 38.11 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sól: 7.92 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 225.94 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS</span>		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.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;

piątek 2026-06-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), surówka wielowarzywna 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , rzodkiewka 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2368.92 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 98.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.4 g; Sól: 5.26 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 808.47 mg;

piątek 2026-06-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata</span>		
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> ), szpinakowa z ziemniakami - 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 ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyni o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.28 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz: 84.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 265.25 g; suma cukrów prostych: 127.25 g; Błonnik pokarmowy: 15.84 g; Sól: 1.74 g; WW: 25.11 Por; Cholesterol: 467.06 mg;

piątek 2026-06-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna</span>		
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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), roszponka 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2363.3 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 78.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Sól: 8.23 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 707.3 mg;