

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-10-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), chleb razowy 30 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9</u>), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9</u>), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.06 kcal; Białko: 85.56 g; Węglowodany : 255.54 g; : 90.75 g; Tłuszcz: 84.44 g; : 38.06 g; : 26.81 g; : 14.17 g;

sobota 2023-10-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9</u>), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.46 kcal; Białko: 103.07 g; Węglowodany : 297.38 g; : 91.24 g; Tłuszcz: 68 g; : 27.8 g; : 29.78 g; : 14.37 g;

sobota 2023-10-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9</u>), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.46 kcal; Białko: 103.07 g; Węglowodany : 297.38 g; : 91.24 g; Tłuszcz: 68 g; : 27.8 g; : 29.78 g; : 14.37 g;

sobota 2023-10-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9</u>), kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9</u>), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.33 kcal; Białko: 82.57 g; Węglowodany : 253.75 g; : 85.12 g; Tłuszcz: 84.28 g; : 37.62 g; : 31.59 g; : 12.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (1,), masło 20 g (7,), kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (9,), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (1,), masło 20 g (7,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.53 kcal; Białko: 82.57 g; Węglowodany : 233.79 g; : 65.16 g; Tłuszcz: 84.28 g; : 37.62 g; : 31.59 g; : 12.01 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (1,), chleb razowy 30 g (1,), masło 10 g (7,), kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (9,), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (1,), chleb baltonowski 40 g (1,), masło 10 g (7,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.86 kcal; Białko: 82.62 g; Węglowodany : 233.48 g; : 90.23 g; Tłuszcz: 67.34 g; : 27 g; : 25.49 g; : 13.73 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (1,), chleb razowy 30 g (1,), masło 20 g (7,), kielbasa śląska cienka 150 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 130 g , gulasz wieprzowy 230 g (9,), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (1,), chleb baltonowski 40 g (1,), masło 20 g (7,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: koktajl bananowy 200 g (7,),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 300 g (7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.87 kcal; Białko: 113.01 g; Węglowodany : 249.56 g; : 106.16 g; Tłuszcz: 93.74 g; : 42.72 g; : 24.41 g; : 14.55 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 80 g (1,), chleb razowy 30 g (1,), masło 20 g (7,), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 150 g (9,), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (1,), chleb baltonowski 80 g (1,), masło 20 g (7,), schab wiśniowy 30 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.01 kcal; Białko: 56.97 g; Węglowodany : 312.31 g; : 125.82 g; Tłuszcz: 73.91 g; : 33.99 g; : 26.82 g; : 12.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1, _</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>9, _</u>), dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 90 g (<u>1, _</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 0 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1929.23 kcal; Białko: 102.15 g; Węglowodany : 241.99 g; : 44.27 g; Tłuszcz: 66.91 g; : 20.99 g; : 24.43 g; : 15.19 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>1, 7, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (<u>1, 7, 9, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>9, _</u>), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1464.55 kcal; Białko: 84.05 g; Węglowodany : 217.12 g; : 107.92 g; Tłuszcz: 33.98 g; : 15.81 g; : 22.86 g; : 10.7 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>7, _</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 400 g (<u>1, 7, 9, _</u>),	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 842.13 kcal; Białko: 22.67 g; Węglowodany : 149.48 g; : 97.41 g; Tłuszcz: 20.88 g; : 11.62 g; : 18.39 g; : 2.99 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>1, 9, _</u>),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 207.09 kcal; Białko: 7.26 g; Węglowodany : 44.13 g; : 5.81 g; Tłuszcz: 1.51 g; : .31 g; : 5.8 g; : 3.3 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>7, _</u>), kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>9, _</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9, _</u>), sos pieczeniowy BG/BM 50 g (<u>9, _</u>), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>7, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>7, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.23 kcal; Białko: 92.6 g; Węglowodany : 276.57 g; : 91.8 g; Tłuszcz: 87.33 g; : 33.5 g; : 32.58 g; : 16.8 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (1,), chleb razowy 30 g (1,), margaryna 20 g , kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g (9,), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (9,), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (1,), chleb baltonowski 60 g (1,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1894.26 kcal; Białko: 66.1 g; Węglowodany : 251.87 g; : 100.37 g; Tłuszcz: 75.46 g; : 15.45 g; : 28.6 g; : 14.2 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (1,), masło 20 g (7,), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (9,), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (1,), masło 20 g (7,), schab wiśniowy 60 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: biszkopty 20 g (1, 3, 7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052.26 kcal; Białko: 85.73 g; Węglowodany : 261.51 g; : 56.72 g; Tłuszcz: 80.16 g; : 36.19 g; : 28.92 g; : 14.26 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (1,), chleb razowy 30 g (1,), masło 20 g (7,), pasta z marchwi 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), ziemniaki gotowane 150 g , sos biały 50 g (1, 7, 9,), krokiety z kapusty modrej 120 g (1,), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (1,), chleb baltonowski 60 g (1,), masło 20 g (7,), ser żółty 60 g (7,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2418.21 kcal; Białko: 77.08 g; Węglowodany : 325.95 g; : 106.01 g; Tłuszcz: 97.48 g; : 47.72 g; : 35.19 g; : 17.52 g;

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (1,), masło 20 g (7,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g (1, 7, 9,), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (9,), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (1,), masło 20 g (7,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 150 g (7,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.43 kcal; Białko: 116.5 g; Węglowodany : 276.01 g; : 87.91 g; Tłuszcz: 71.44 g; : 37.86 g; : 26.57 g; : 15.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-10-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 20 g , kielbasa śląska cienka 120 g , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>9</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy 200 g (<u>9</u>), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g (<u>7</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.63 kcal; Białko: 91.2 g; Węglowodany : 268.49 g; : 89.53 g; Tłuszcz: 80.97 g; : 18.31 g; : 30.99 g; : 14.35 g;