

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-10-19 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>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), pierogi z serem 5szt 150 g (<u>1, 3, 7</u>), sos z czarnej porzeczki 50 g	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.28 kcal; Białko: 44.06 g; Węglowodany : 227.68 g; : 95.4 g; Tłuszcz: 98.59 g; : 44.26 g; : 21.56 g; : 12.99 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>7, 9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.79 kcal; Białko: 92.56 g; Węglowodany : 269.66 g; : 84.69 g; Tłuszcz: 72.27 g; : 28.86 g; : 23.17 g; : 22.22 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>7, 9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.79 kcal; Białko: 92.56 g; Węglowodany : 269.66 g; : 84.69 g; Tłuszcz: 72.27 g; : 28.86 g; : 23.17 g; : 22.22 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7</u>), słonecznik 10 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.36 kcal; Białko: 92.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 70.27 g; Tłuszcz: 71.17 g; : 28.41 g; : 25.73 g; : 21.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: kisiel wiśniowy BC 150 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1853.06 kcal; Białko: 87.59 g; Węglowodany : 240.64 g; : 60.08 g;
Tłuszcz: 65.47 g; : 27.18 g; : 25.15 g; : 21.29 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), pierogi z serem 5szt 150 g (<u>1, 3,</u> <u>7</u>), sos z czarnej porzeczki 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>1</u>), masło 10 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 40 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1580.76 kcal; Białko: 31.65 g; Węglowodany : 195.23 g; : 94.92 g;
Tłuszcz: 79.23 g; : 32.53 g; : 20.12 g; : 11.31 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>1</u> , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u> , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 120 g , piers z kurczaka gotowana 150 g (<u>9</u>), gotowany brokuł 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>), polędwica drobiowa 40 g , papryka 40 g , ser twarogowy 30 g (<u>7</u>),
II Śniadanie: koktajl gruszkowy 200 g (<u>7</u>),		Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1763.24 kcal; Białko: 102 g; Węglowodany : 216.06 g; : 55.82 g;
Tłuszcz: 59.78 g; : 28.86 g; : 24.19 g; : 22.22 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>1</u> , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u> , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), pierogi z serem 5szt 150 g (<u>1, 3,</u> <u>7</u>), sos z czarnej porzeczki 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.28 kcal; Białko: 44.06 g; Węglowodany : 227.68 g; : 95.4 g;
Tłuszcz: 98.59 g; : 44.26 g; : 21.56 g; : 12.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g , jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1755.86 kcal; Białko: 92.62 g; Węglowodany : 230.75 g; : 52.37 g;
Tłuszcz: 56.32 g; : 26.81 g; : 22.51 g; : 21.54 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>1</u> , <u>7</u>), ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>7</u> , <u>9</u>), , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>), ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 200 g ,	Podwieczorek: mus jabłkowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1547.31 kcal; Białko: 62.99 g; Węglowodany : 256.57 g; : 149.85 g;
Tłuszcz: 35.48 g; : 12.31 g; : 26.35 g; : 17.49 g;

czwartek 2023-10-19		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 marchewkowa krem 400 g (<u>7</u> , <u>9</u>), ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 975.14 kcal; Białko: 21.03 g; Węglowodany : 156.3 g; : 117.02 g;
Tłuszcz: 33.48 g; : 13.88 g; : 18.5 g; : 4.91 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	zupa wywar warzywny 500 g (<u>9</u>), ,	mleko świeże 2% 200 ml (<u>7</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 144.51 kcal; Białko: 8.71 g; Węglowodany : 20.03 g; : 14.76 g;
Tłuszcz: 4.34 g; : 2.44 g; : 4.44 g; : 3.52 g;

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.21 kcal; Białko: 91.55 g; Węglowodany : 251.91 g; : 83.05 g;
Tłuszcz: 66.19 g; : 27.28 g; : 29.11 g; : 21.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), chleb razowy 30 g (<u>1</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.01 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 263.67 g; : 84.47 g; Tłuszcz: 64.71 g; : 12.61 g; : 24.07 g; : 21.54 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>7, 9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>), piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wiśniowy BC 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.44 kcal; Białko: 92.35 g; Węglowodany : 264.16 g; : 79.56 g; Tłuszcz: 80.48 g; : 34.33 g; : 22.89 g; : 22.22 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), chleb razowy 30 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), ser fromage 50 g (<u>7</u>), salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), pierogi z serem 5szt 150 g (<u>1, 3, 7</u>), sos z czarnej porzeczki 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>1</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2037.43 kcal; Białko: 37.55 g; Węglowodany : 223.67 g; : 91.87 g; Tłuszcz: 114.14 g; : 55.86 g; : 16.98 g; : 12.07 g;

czwartek 2023-10-19 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>7, 9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g (<u>1</u>), masło 20 g (<u>7</u>), polędwica drobiowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.59 kcal; Białko: 92.63 g; Węglowodany : 269.73 g; : 84.75 g; Tłuszcz: 80.52 g; : 34.33 g; : 23.17 g; : 22.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-10-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa BM 350 g (<u>9</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczaka gotowana 120 g (<u>9</u>), gotowany burak 150 g (<u>1</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , papryka 40 g ,	
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903.21 kcal; Białko: 91.39 g; Węglowodany : 251.79 g; : 82.97 g; Tłuszcz: 65.19 g; : 12.68 g; : 29.11 g; : 21.6 g;