

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE, _</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL, _</u> ), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.38 kcal; Białko: 75.31 g; Węglowodany : 285.57 g; : 90.64 g; Tłuszcz: 91.84 g; : 40.99 g; : 27.61 g; : 11.95 g;

<b>poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 40 g ( <u>MLE, _</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE, _</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL, _</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL, _</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 30 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 10 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2269.89 kcal; Białko: 72.45 g; Węglowodany : 326.31 g; : 70.21 g; Tłuszcz: 81.16 g; : 44.47 g; : 27.57 g; : 11.57 g;

<b>poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 30 g ( <u>MLE, _</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE, _</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL, _</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL, _</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 30 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2273.89 kcal; Białko: 81.12 g; Węglowodany : 328.41 g; : 72 g; Tłuszcz: 76.84 g; : 41.34 g; : 27.64 g; : 12.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2238.7 kcal; Białko: 68.52 g; Węglowodany : 271.86 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 103.96 g; : 49.42 g; : 29.78 g; : 11.74 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 125 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 30 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 10 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2238.35 kcal; Białko: 67.5 g; Węglowodany : 276.89 g; : 55.88 g; Tłuszcz: 102.91 g; : 48.59 g; : 33.3 g; : 11.89 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , leczy warzywne z soczewicą 200 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2183.46 kcal; Białko: 80.09 g; Węglowodany : 301.58 g; : 86.55 g; Tłuszcz: 78.87 g; : 30.26 g; : 26.86 g; : 13.21 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 60 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2399.46 kcal; Białko: 114.22 g; Węglowodany : 238.79 g; : 81.25 g; Tłuszcz: 114.25 g; : 53.65 g; : 20.66 g; : 14.74 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/niskobiałkowa</b>		
Napój kakaowy 250 g ( <b>MLE</b> , ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> , ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <b>MLE, SEL</b> , ), kompot 200ml 200 g , leczyo warzywne 200 g ( <b>SEL</b> , ), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , ), pasta z makreli 50 g ( <b>RYB, GOR</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2181.84 kcal; Białko: 70.99 g; Węglowodany : 295.7 g ; : 102.29 g; Tłuszcz: 85.56 g ; : 40.3 g ; : 27.72 g ; : 14.29 g;

poniedziałek 2023-11-20 <b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU</b> , ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> , ), margaryna 20 g , sałata masłowa 20 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , gotowany burak 150 g ( <b>GLU</b> , ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU</b> , ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1864.51 kcal; Białko: 95.91 g; Węglowodany : 233.79 g ; : 52.56 g; Tłuszcz: 64.93 g ; : 14.92 g ; : 20.06 g ; : 12.48 g;

poniedziałek 2023-11-20 <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata</b>		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE</b> , ),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <b>GLU, SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , gotowany burak 150 g ( <b>GLU</b> , ),	koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE</b> , ), herbata 200 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 0 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1262.3 kcal; Białko: 69.16 g; Węglowodany : 201.75 g ; : 104.17 g; Tłuszcz: 23.33 g ; : 7.37 g ; : 15.87 g ; : 9.99 g;

poniedziałek 2023-11-20 <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona</b>		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE</b> , ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g ( <b>GLU, SEL</b> , ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE</b> , ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 876.82 kcal; Białko: 26.74 g; Węglowodany : 169.8 g ; : 122.28 g; Tłuszcz: 13.64 g ; : 6.67 g ; : 16.18 g ; : 3.29 g;

poniedziałek 2023-11-20 <b>Jadłospis dla diety: Płynna</b>		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL</b> , ),	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;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 90 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 100 g, leczyo warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2217.59 kcal; Białko: 84.3 g; Węglowodany : 282.78 g; : 91.78 g; Tłuszcz: 89.74 g; : 35.68 g; : 30.85 g; : 10.55 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, ryż 100 g, leczyo warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2296.59 kcal; Białko: 76.43 g; Węglowodany : 289.99 g; : 77.29 g; Tłuszcz: 98.67 g; : 20.01 g; : 30 g; : 10.76 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, filet z kurczaka pieczony 120 g, gotowany burak 150 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g, chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1601.06 kcal; Białko: 88.43 g; Węglowodany : 178.3 g; : 47.39 g; Tłuszcz: 63.02 g; : 27.15 g; : 17.35 g; : 11.5 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), leczyo warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g, masło 30 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2208.16 kcal; Białko: 54.37 g; Węglowodany : 282.43 g; : 89.5 g; Tłuszcz: 101.63 g; : 53.91 g; : 27.08 g; : 9.68 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Roczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , gotowany burak 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie gruszkowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2281.45 kcal; Białko: 106.69 g; Węglowodany : 281.52 g; : 95.1 g; Tłuszcz: 85.87 g; : 34.99 g; : 22.7 g; : 16.8 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 30 g , pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2205.19 kcal; Białko: 78.09 g; Węglowodany : 266.85 g; : 75.51 g; Tłuszcz: 98.89 g; : 20.02 g; : 34.2 g; : 10.62 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z soczewicą 100 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 75 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 20 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1694.12 kcal; Białko: 54.12 g; Węglowodany : 215.84 g; : 88.57 g; Tłuszcz: 73.16 g; : 37.59 g; : 22.38 g; : 8.74 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1659.89 kcal; Białko: 65.68 g; Węglowodany : 230.53 g; : 70.98 g; Tłuszcz: 57.82 g; : 29.86 g; : 22.78 g; : 10.56 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1636.69 kcal; Białko: 67.31 g; Węglowodany : 241.32 g; : 71.02 g; Tłuszcz: 49.85 g; : 24.45 g; : 23.32 g; : 10.78 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), leczy warzywne z soczewicą 100 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , pasta z makreli 25 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1699.42 kcal; Białko: 48.74 g; Węglowodany : 189.81 g; : 63.46 g; Tłuszcz: 87.8 g; : 46.47 g; : 23 g; : 8.7 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1622.9 kcal; Białko: 59.59 g; Węglowodany : 206.24 g; : 53.89 g; Tłuszcz: 68.29 g; : 26.37 g; : 28.05 g; : 10.66 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 25 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1697.16 kcal; Białko: 96.36 g; Węglowodany : 188.1 g; : 79.48 g; Tłuszcz: 65.98 g; : 28.62 g; : 17.64 g; : 12.18 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 25 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1670.14 kcal; Białko: 55.71 g; Węglowodany : 251.04 g; : 101.1 g; Tłuszcz: 54.73 g; : 26.7 g; : 25.03 g; : 12.05 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 60 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 80 g, leczy warzywne z soczewicą 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z makreli 25 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1646.51 kcal; Białko: 64.11 g; Węglowodany : 234.58 g; : 89.75 g; Tłuszcz: 55.4 g; : 21.57 g; : 24.97 g; : 7.87 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczy warzywne z soczewicą 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, pasta z makreli 25 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1685.56 kcal; Białko: 65.66 g; Węglowodany : 253.39 g; : 74.47 g; Tłuszcz: 52.41 g; : 10.16 g; : 33.06 g; : 8.68 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1656.24 kcal; Białko: 71.15 g; Węglowodany : 259.98 g; : 71.22 g; Tłuszcz: 42.32 g; : 19.14 g; : 24.5 g; : 10.97 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczy warzywne z soczewicą 100 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1686.93 kcal; Białko: 47 g; Węglowodany : 240.42 g; : 87.78 g; Tłuszcz: 64.91 g; : 30.75 g; : 23.73 g; : 8.45 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, ryż 100 g, leczy warzywne z soczewicą 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 25 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, margaryna 10 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1696.09 kcal; Białko: 62.57 g; Węglowodany : 256.27 g; : 76.26 g; Tłuszcz: 52.64 g; : 10.13 g; : 27.97 g; : 8.62 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 10 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 10 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 20 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z soczewicą 50 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 10 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 10 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 10 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1073.51 kcal; Białko: 32.96 g; Węglowodany : 158.65 g; : 83.79 g; Tłuszcz: 37.5 g; : 18.99 g; : 15.54 g; : 4.7 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 80 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 50 g, pomidor bs 50 g, sałata masłowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1077.56 kcal; Białko: 41.48 g; Węglowodany : 170.24 g; : 66.67 g; Tłuszcz: 29.8 g; : 15.2 g; : 18.86 g; : 7.16 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), leczyo warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1077.07 kcal; Białko: 44.17 g; Węglowodany : 165.06 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 30.76 g; : 15.44 g; : 18.56 g; : 7.56 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ), leczyo warzywne z soczewicą 80 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , pasta z makreli 10 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1092.47 kcal; Białko: 36.08 g; Węglowodany : 162.51 g; : 60.64 g; Tłuszcz: 37.22 g; : 17.82 g; : 18.93 g; : 5.77 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ), leczyo warzywne z soczewicą 80 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 20 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1092.43 kcal; Białko: 37.35 g; Węglowodany : 153.74 g; : 50.21 g; Tłuszcz: 41.1 g; : 17.88 g; : 21.42 g; : 6.22 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 50 g , ziemniaki gotowane 30 g , gotowany burak 100 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 10 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1095.48 kcal; Białko: 53.68 g; Węglowodany : 145.83 g; : 75.68 g; Tłuszcz: 35.9 g; : 16.02 g; : 12.79 g; : 7.67 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 10 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1091.83 kcal; Białko: 41.04 g; Węglowodany : 176.5 g; : 91.49 g; Tłuszcz: 28.74 g; : 13.92 g; : 18.6 g; : 7.67 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z soczewicą 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z makreli 20 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1099.24 kcal; Białko: 44.74 g; Węglowodany : 157.5 g; : 78.97 g; Tłuszcz: 35.37 g; : 14.2 g; : 15.21 g; : 5.58 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z soczewicą 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z makreli 20 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1067.12 kcal; Białko: 40.97 g; Węglowodany : 158.22 g; : 65.26 g; Tłuszcz: 34.44 g; : 6.5 g; : 21.27 g; : 5.49 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 40 g ( <u>GLU</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 40 g ( <u>GLU</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 50 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1062.81 kcal; Białko: 42.83 g; Węglowodany : 181.62 g; : 67.05 g; Tłuszcz: 22.62 g; : 9.9 g; : 19.45 g; : 7.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 70 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczo warzywne z soczewicą 60 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 60 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony w kostce 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g, masło 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1089.62 kcal; Białko: 32.2 g; Węglowodany : 172.28 g; : 75.69 g; Tłuszcz: 33.56 g; : 16.35 g; : 15.23 g; : 4.16 g;

poniedziałek 2023-11-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczo warzywne z soczewicą 80 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 20 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 10 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, margaryna 5 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1083.91 kcal; Białko: 40.56 g; Węglowodany : 178.22 g; : 64.7 g; Tłuszcz: 27.31 g; : 5.36 g; : 19.79 g; : 5.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 170 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <b>SEL, GOR,</b> ), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2249.29 kcal; Białko: 70.91 g; Węglowodany : 293.16 g; : 82.38 g; Tłuszcz: 95.72 g; : 38.78 g; : 34.98 g; : 12.98 g;

<b>wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 30 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2024.15 kcal; Białko: 79.86 g; Węglowodany : 268.95 g; : 74.84 g; Tłuszcz: 75.69 g; : 39.87 g; : 26.17 g; : 14.86 g;

<b>wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1973.65 kcal; Białko: 80.02 g; Węglowodany : 274.84 g; : 79.19 g; Tłuszcz: 67.58 g; : 34.42 g; : 27.1 g; : 14.86 g;

<b>wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
---	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 170 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2065.6 kcal; Białko: 74.9 g; Węglowodany : 274.29 g; : 81.2 g; Tłuszcz: 81.53 g; : 37.74 g; : 32.95 g; : 12.7 g;

<b>wtorek 2023-11-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 170 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2045.65 kcal; Białko: 74.9 g; Węglowodany : 269.3 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 81.53 g; : 37.74 g; : 32.95 g; : 12.7 g;

<b>wtorek 2023-11-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 170 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 40 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1590.4 kcal; Białko: 60.18 g; Węglowodany : 240.12 g; : 80.24 g; Tłuszcz: 49.92 g; : 21.35 g; : 30.43 g; : 11.21 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa żywiecka 60 g, papryka 40 g, mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g, chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU</u> ),	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, kasza jęczmienna 100 g ( <u>GLU</u> ), pulpety wieprzowe 130 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2165.93 kcal; Białko: 82.21 g; Węglowodany : 282.67 g; : 103.85 g; Tłuszcz: 85.91 g; : 32.51 g; : 33.79 g; : 13.12 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa żywiecka 60 g, papryka 40 g, salata masłowa 10 g,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU</u> ), pulpety wieprzowe 100 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2131.78 kcal; Białko: 65.03 g; Węglowodany : 284.63 g; : 83.33 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 37.69 g; : 34.3 g; : 12.18 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g, szynka biała 60 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb pszenny 100 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g, schab wiśniowy 60 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 101.52 g; Węglowodany : 233.79 g; : 33.88 g; Tłuszcz: 88.07 g; : 22.81 g; : 20.86 g; : 16.73 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g, kaszka manna 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g, smoothie gruszkowe 250 g,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1140.11 kcal; Białko: 66.98 g; Węglowodany : 152.43 g; : 71.31 g; Tłuszcz: 32.83 g; : 10.27 g; : 16.81 g; : 10.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE, _</u> ),	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 280.89 kcal; Białko: 9.9 g; Węglowodany : 49.57 g; : 34.59 g; Tłuszcz: 6.48 g; : 3.57 g; : 7.69 g; : 2.55 g;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL, _</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;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL, _</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe BG 120 g ( <u>SEL, _</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU, _</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR, _</u> ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2148.75 kcal; Białko: 73.4 g; Węglowodany : 283.08 g; : 84.57 g; Tłuszcz: 89.16 g; : 34 g; : 41.65 g; : 16.53 g;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 20 g , kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL, _</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU, _</u> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU, _</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 20 g , sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR, _</u> ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2226.74 kcal; Białko: 70.49 g; Węglowodany : 296.02 g; : 84.06 g; Tłuszcz: 92.28 g; : 19.89 g; : 35.78 g; : 13.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml BC 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1821.7 kcal; Białko: 96.35 g; Węglowodany : 204.67 g; : 29.55 g; Tłuszcz: 73.27 g; : 31.35 g; : 20.73 g; : 16.1 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 100 g , surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2352.35 kcal; Białko: 70.17 g; Węglowodany : 275.82 g; : 84.31 g; Tłuszcz: 114.97 g; : 43.07 g; : 34.79 g; : 13.57 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 20 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1888.32 kcal; Białko: 102.54 g; Węglowodany : 217.47 g; : 53.7 g; Tłuszcz: 71.9 g; : 33.29 g; : 19.1 g; : 14.8 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe BG 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2059.61 kcal; Białko: 78.96 g; Węglowodany : 278.51 g; : 80.6 g; Tłuszcz: 78.54 g; : 17.6 g; : 40.14 g; : 16.95 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 50 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), salata masłowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2198.49 kcal; Białko: 69.51 g; Węglowodany : 282.2 g; : 82.18 g; Tłuszcz: 95.42 g; : 38.72 g; : 34.32 g; : 12.77 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.75 kcal; Białko: 85.81 g; Węglowodany : 306.96 g; : 75.19 g; Tłuszcz: 76.67 g; : 40.08 g; : 28.06 g; : 15.65 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2150.55 kcal; Białko: 81.63 g; Węglowodany : 279.88 g; : 75 g; Tłuszcz: 84.22 g; : 45.4 g; : 26.71 g; : 15.09 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2140.4 kcal; Białko: 74.97 g; Węglowodany : 274.36 g ; : 81.26 g; Tłuszcz: 89.78 g ; : 43.21 g ; : 32.95 g ; : 12.7 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.85 kcal; Białko: 76.26 g; Węglowodany : 280.7 g ; : 76.61 g; Tłuszcz: 98.29 g ; : 48.74 g ; : 33.79 g ; : 12.9 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 10 g , chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ),	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 130 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2165.93 kcal; Białko: 82.21 g; Węglowodany : 282.67 g ; : 103.85 g; Tłuszcz: 85.91 g ; : 32.51 g ; : 33.79 g ; : 13.12 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 100 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 100 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2206.58 kcal; Białko: 65.1 g; Węglowodany : 284.7 g; : 83.39 g; Tłuszcz: 97.19 g; : 43.16 g; : 34.3 g; : 12.18 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe BG 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2148.75 kcal; Białko: 73.4 g; Węglowodany : 283.08 g; : 84.57 g; Tłuszcz: 89.16 g; : 34 g; : 41.65 g; : 16.53 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka biała 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe BG 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2198.21 kcal; Białko: 83.94 g; Węglowodany : 307.73 g; : 80.78 g; Tłuszcz: 79.56 g; : 17.8 g; : 43.98 g; : 17.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU</u> ), pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z buraka 170 g ( <u>GLU</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.85 kcal; Białko: 76.26 g; Węglowodany : 280.7 g; : 76.61 g; Tłuszcz: 98.29 g; : 48.74 g; : 33.79 g; : 12.9 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , surówka z buraka 170 g ( <u>GLU</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2172.45 kcal; Białko: 58.99 g; Węglowodany : 286.1 g; : 84.48 g; Tłuszcz: 95.55 g; : 39.02 g; : 35.4 g; : 13.34 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 220 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g ( <u>GLU</u> ), pulpety wieprzowe 50 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z buraka 150 g ( <u>GLU</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1542.92 kcal; Białko: 42 g; Węglowodany : 243.01 g; : 80.42 g; Tłuszcz: 51.21 g; : 10.47 g; : 29.78 g; : 8.68 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 15 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), kielbasa żywiecka 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <u>GLU,</u> ), pulpety wieprzowe 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z buraka 50 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 25 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 25 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), sałatka jarzynowa 50 g ( <u>SEL, GOR,</u> ), salata masłowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1099.86 kcal; Białko: 37.82 g; Węglowodany : 132.17 g; : 43.26 g; Tłuszcz: 50.23 g; : 21.27 g; : 16.42 g; : 6.01 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pulpety wieprzowe 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowany burak 100 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1081.6 kcal; Białko: 45.66 g; Węglowodany : 142.08 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 40.11 g; : 20.35 g; : 15.15 g; : 7.76 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pulpety wieprzowe 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowany burak 100 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1044.8 kcal; Białko: 39.77 g; Węglowodany : 143.02 g; : 61.03 g; Tłuszcz: 38.26 g; : 19.83 g; : 15.29 g; : 7.11 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 50 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 50 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1095.56 kcal; Białko: 41.56 g; Węglowodany : 130.32 g; : 52.9 g; Tłuszcz: 49.17 g; : 23.08 g; : 17.55 g; : 6.71 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 50 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 100 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1038.66 kcal; Białko: 35.99 g; Węglowodany : 136.66 g; : 57.18 g; Tłuszcz: 42.87 g; : 20.5 g; : 19.28 g; : 6.71 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 10 g , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ),	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <b>GLU,</b> ), pulpety wieprzowe 50 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z buraka 50 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	mleko świeże 2% 100 ml ( <b>MLE,</b> ), chleb razowy 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), sałatka jarzynowa 50 g ( <b>SEL, GOR,</b> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1074.6 kcal; Białko: 37.57 g; Węglowodany : 147.28 g; : 63.82 g; Tłuszcz: 41.33 g; : 17.37 g; : 18.54 g; : 6.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ,_) , chleb razowy 15 g ( <u>GLU</u> ,_) , masło 10 g ( <u>MLE</u> ,_) , kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,_) , kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <u>GLU</u> ,_) , pulpety wieprzowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,_) , surówka z buraka 50 g ( <u>GLU</u> ,_) , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,_) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g ( <u>GLU</u> ,_) , chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ,_) , masło 10 g ( <u>MLE</u> ,_) , sałatka jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,_) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1047.4 kcal; Białko: 30.84 g; Węglowodany : 137.55 g; : 54.08 g; Tłuszcz: 45.58 g; : 20.46 g; : 18.54 g; : 5.91 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ,_) , kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 150 g ( <u>SEL</u> ,_) , kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pulpety wieprzowe BG 50 g ( <u>SEL</u> ,_) , surówka z buraka 50 g ( <u>GLU</u> ,_) , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ,_) ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ,_) , sałatka jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,_) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1065.65 kcal; Białko: 32.47 g; Węglowodany : 148.04 g; : 61.1 g; Tłuszcz: 42.97 g; : 16.64 g; : 22.54 g; : 7.22 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , szynka biała 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 150 g ( <u>SEL</u> ,_) , kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pulpety wieprzowe BG 50 g ( <u>SEL</u> ,_) , surówka z buraka 150 g ( <u>GLU</u> ,_) , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ,_) ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1055.23 kcal; Białko: 38.16 g; Węglowodany : 157.97 g; : 73.32 g; Tłuszcz: 35.35 g; : 7.32 g; : 24.74 g; : 8.76 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 10 g ( <b>MLE</b> , ) , kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 150 g ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , ) , kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <b>GLU</b> , ) , pulpety wieprzowe 50 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ) , surówka z buraka 150 g ( <b>GLU</b> , ) , sos biały 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , ) ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 10 g ( <b>MLE</b> , ) , schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1089.73 kcal; Białko: 37.35 g; Węglowodany : 145.36 g; : 63.91 g; Tłuszcz: 44.43 g; : 20.68 g; : 20.95 g; : 7.37 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb razowy 15 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 5 g ( <b>MLE</b> , ) , ser topiony w plastrach 25 g ( <b>MLE</b> , ) , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem 350 g ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , ) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , jajko sadzone 50 g , surówka z buraka 100 g ( <b>GLU</b> , ) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 5 g ( <b>MLE</b> , ) , sałatka jarzynowa 50 g ( <b>SEL</b> , <b>GOR</b> , ) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1109.47 kcal; Białko: 33.93 g; Węglowodany : 146.06 g; : 65.86 g; Tłuszcz: 48.03 g; : 16.29 g; : 22.25 g; : 6.98 g;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb razowy 15 g ( <b>GLU</b> , ) , margaryna 10 g , kielbasa żywiecka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 150 g ( <b>SEL</b> , ) , kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g ( <b>GLU</b> , ) , pulpety wieprzowe 50 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ) , surówka z buraka 100 g ( <b>GLU</b> , ) , sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL</b> , ) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> , ) , margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g ( <b>SEL</b> , <b>GOR</b> , ) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1076.36 kcal; Białko: 31.48 g; Węglowodany : 146.18 g; : 60.35 g; Tłuszcz: 44.97 g; : 9.61 g; : 20.12 g; : 6.62 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL</u> , <u>S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2373.48 kcal; Białko: 101.33 g; Węglowodany : 258.96 g; : 72.83 g; Tłuszcz: 109.62 g; : 40.55 g; : 27.11 g; : 7.41 g;

<b>środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2035.42 kcal; Białko: 98.22 g; Węglowodany : 240.19 g; : 47.08 g; Tłuszcz: 81.19 g; : 36.99 g; : 23.66 g; : 9.24 g;

<b>środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.78 kcal; Białko: 99.81 g; Węglowodany : 254.55 g; : 47.92 g; Tłuszcz: 83.38 g; : 38.39 g; : 24.84 g; : 9.3 g;

<b>środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL</u> , <u>S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2074.53 kcal; Białko: 96.73 g; Węglowodany : 227.28 g; : 55.29 g; Tłuszcz: 92.25 g; : 37.32 g; : 25.6 g; : 7.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <b>SEL</b> , <b>S02</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2054.58 kcal; Białko: 96.73 g; Węglowodany : 222.29 g; : 50.3 g; Tłuszcz: 92.25 g; : 37.32 g; : 25.6 g; : 7.53 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 100 g , ziemniaki puree 120 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 40 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1575.63 kcal; Białko: 80.99 g; Węglowodany : 177.07 g; : 51.36 g; Tłuszcz: 65.29 g; : 26.22 g; : 22.04 g; : 7.09 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <b>SEL</b> , <b>S02</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2164.28 kcal; Białko: 97.94 g; Węglowodany : 234.54 g; : 59.1 g; Tłuszcz: 98.61 g; : 39.34 g; : 26.56 g; : 7.3 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), sur. z marchwki z ananasem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 30 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2016.87 kcal; Białko: 47.37 g; Węglowodany : 245.77 g; : 82.06 g; Tłuszcz: 99.75 g; : 52.76 g; : 26.17 g; : 8.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2089.41 kcal; Białko: 100.22 g; Węglowodany : 242.48 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 85.11 g; : 19.41 g; : 23.14 g; : 8.15 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wiśniowy BC 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1373.18 kcal; Białko: 68.11 g; Węglowodany : 194.34 g; : 104.31 g; Tłuszcz: 40.58 g; : 12.73 g; : 20.88 g; : 4.54 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g ( <u>MLE</u> ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 914.24 kcal; Białko: 29.59 g; Węglowodany : 173.04 g; : 124.23 g; Tłuszcz: 15.23 g; : 7.6 g; : 16.69 g; : 3.38 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL</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;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL, S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2202.33 kcal; Białko: 101.06 g; Węglowodany : 223.37 g; : 58.53 g; Tłuszcz: 107.38 g; : 44.9 g; : 31.33 g; : 7.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2076.18 kcal; Białko: 96.08 g; Węglowodany : 226.49 g; : 54.24 g; Tłuszcz: 92.84 g; : 20.33 g; : 24.75 g; : 7.67 g;

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1915.42 kcal; Białko: 94.92 g; Węglowodany : 203.92 g; : 38.88 g; Tłuszcz: 84.74 g; : 33.76 g; : 20.93 g; : 8.61 g;

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sur. z marchewki z ananasem 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1833.12 kcal; Białko: 37.47 g; Węglowodany : 203.34 g; : 80.04 g; Tłuszcz: 101.82 g; : 51.99 g; : 22.7 g; : 6.85 g;

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wiśniowy BC 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1935.87 kcal; Białko: 93.01 g; Węglowodany : 221.7 g; : 56.12 g; Tłuszcz: 80.66 g; : 36.83 g; : 24.36 g; : 8.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL, SO2,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2178.53 kcal; Białko: 102.23 g; Węglowodany : 233.37 g; : 57.33 g; Tłuszcz: 100.1 g; : 22.51 g; : 33.03 g; : 7.72 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL, SO2,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2147.58 kcal; Białko: 99 g; Węglowodany : 242.53 g; : 72.45 g; Tłuszcz: 92.65 g; : 29.52 g; : 26.21 g; : 7.07 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2146.32 kcal; Białko: 97.09 g; Węglowodany : 232.19 g; : 47.13 g; Tłuszcz: 97.48 g; : 47.88 g; : 23.26 g; : 9.07 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2163.18 kcal; Białko: 96.55 g; Węglowodany : 232.97 g; : 47.84 g; Tłuszcz: 99.32 g; : 49.21 g; : 23.76 g; : 8.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.93 kcal; Białko: 98.02 g; Węglowodany : 238.61 g; : 55.63 g; Tłuszcz: 100.76 g; : 42.85 g; : 26.44 g; : 7.73 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.18 kcal; Białko: 96.87 g; Węglowodany : 222.43 g; : 50.42 g; Tłuszcz: 108.75 g; : 48.26 g; : 25.6 g; : 7.53 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2164.28 kcal; Białko: 97.94 g; Węglowodany : 234.54 g; : 59.1 g; Tłuszcz: 98.61 g; : 39.34 g; : 26.56 g; : 7.3 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sur. z marchewki z ananase 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2142.27 kcal; Białko: 48.66 g; Węglowodany : 257.1 g; : 82.4 g; Tłuszcz: 108.26 g; : 58.29 g; : 27.01 g; : 8.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL</u> , <u>S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2202.33 kcal; Białko: 101.06 g; Węglowodany : 223.37 g; : 58.53 g; Tłuszcz: 107.38 g; : 44.9 g; : 31.33 g; : 7.36 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL</u> , <u>S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2178.53 kcal; Białko: 102.23 g; Węglowodany : 233.37 g; : 57.33 g; Tłuszcz: 100.1 g; : 22.51 g; : 33.03 g; : 7.72 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sur. z marchewki z ananasem 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2134.52 kcal; Białko: 41.27 g; Węglowodany : 237.26 g; : 81 g; Tłuszcz: 119.1 g; : 63.09 g; : 25.22 g; : 7.44 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL</u> , <u>S02</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2148.58 kcal; Białko: 96.2 g; Węglowodany : 226.38 g; : 54.24 g; Tłuszcz: 100.86 g; : 22.15 g; : 24.66 g; : 7.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>SO2,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 40 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2147.58 kcal; Białko: 99 g; Węglowodany : 242.53 g; : 72.45 g; Tłuszcz: 92.65 g; : 29.52 g; : 26.21 g; : 7.07 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2146.32 kcal; Białko: 97.09 g; Węglowodany : 232.19 g; : 47.13 g; Tłuszcz: 97.48 g; : 47.88 g; : 23.26 g; : 9.07 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2163.18 kcal; Białko: 96.55 g; Węglowodany : 232.97 g; : 47.84 g; Tłuszcz: 99.32 g; : 49.21 g; : 23.76 g; : 8.85 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL,</u> <u>SO2,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczerek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.93 kcal; Białko: 98.02 g; Węglowodany : 238.61 g; : 55.63 g; Tłuszcz: 100.76 g; : 42.85 g; : 26.44 g; : 7.73 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 30 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <b>SEL</b> , <b>S02</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 30 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.18 kcal; Białko: 96.87 g; Węglowodany : 222.43 g; : 50.42 g; Tłuszcz: 108.75 g; : 48.26 g; : 25.6 g; : 7.53 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <b>SEL</b> , <b>S02</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2164.28 kcal; Białko: 97.94 g; Węglowodany : 234.54 g; : 59.1 g; Tłuszcz: 98.61 g; : 39.34 g; : 26.56 g; : 7.3 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 30 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), sur. z marchewki z anansem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 30 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2142.27 kcal; Białko: 48.66 g; Węglowodany : 257.1 g; : 82.4 g; Tłuszcz: 108.26 g; : 58.29 g; : 27.01 g; : 8.25 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <b>SEL</b> , <b>S02</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2202.33 kcal; Białko: 101.06 g; Węglowodany : 223.37 g; : 58.53 g; Tłuszcz: 107.38 g; : 44.9 g; : 31.33 g; : 7.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL, S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2178.53 kcal; Białko: 102.23 g; Węglowodany : 233.37 g; : 57.33 g; Tłuszcz: 100.1 g; : 22.51 g; : 33.03 g; : 7.72 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z truskawkami 5szt 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sur. z marchwki z ananasem 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2134.52 kcal; Białko: 41.27 g; Węglowodany : 237.26 g; : 81 g; Tłuszcz: 119.1 g; : 63.09 g; : 25.22 g; : 7.44 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa kapuśniak 350 g ( <u>SEL, S02,</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2148.58 kcal; Białko: 96.2 g; Węglowodany : 226.38 g; : 54.24 g; Tłuszcz: 100.86 g; : 22.15 g; : 24.66 g; : 7.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-11-23      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 45 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 30 g , salata masłowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , pierogi leniwe 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), sos jogurtowo waniliowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), sur. z marchewki z brzoskwinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 45 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1969.13 kcal; Białko: 50.03 g; Węglowodany : 244.25 g; : 88.58 g; Tłuszcz: 94.67 g; : 40.13 g; : 29.49 g; : 7.14 g;

<b>czwartek 2023-11-23      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ( <b>GLU,</b> ), gotowana szynka II danie 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2252.15 kcal; Białko: 105.16 g; Węglowodany : 288.83 g; : 78.24 g; Tłuszcz: 81.88 g; : 37.61 g; : 30.76 g; : 8.59 g;

<b>czwartek 2023-11-23      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ( <b>GLU,</b> ), gotowana szynka II danie 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2206.55 kcal; Białko: 105.07 g; Węglowodany : 277.46 g; : 67.77 g; Tłuszcz: 81.85 g; : 37.6 g; : 30.52 g; : 8.59 g;

<b>czwartek 2023-11-23      Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g , ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ),	zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2028.32 kcal; Białko: 99.37 g; Węglowodany : 233.63 g; : 54.29 g; Tłuszcz: 83.48 g; : 42.52 g; : 27.9 g; : 9.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2234.97 kcal; Białko: 103.1 g; Węglowodany : 262.49 g; : 50.2 g; Tłuszcz: 92.51 g; : 48.16 g; : 30.42 g; : 9.72 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g ,	zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , sur. z marchewki z brzoskwinia 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie 80 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1665.68 kcal; Białko: 79.23 g; Węglowodany : 206.74 g; : 74.78 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 29.92 g; : 28.06 g; : 6.2 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 45 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , ogórek kiszony 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 45 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2106.88 kcal; Białko: 101.46 g; Węglowodany : 244.64 g; : 53.66 g; Tłuszcz: 86.31 g; : 44.26 g; : 27.53 g; : 10.02 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , sur. z marchewki z brzoskwinia 150 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2398.41 kcal; Białko: 68.2 g; Węglowodany : 332.33 g; : 113.09 g; Tłuszcz: 96.46 g; : 52.21 g; : 35.89 g; : 5.75 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.47 kcal; Białko: 103.28 g; Węglowodany : 259.17 g; : 46.45 g; Tłuszcz: 85.58 g; : 19.55 g; : 23.15 g; : 10 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ),	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 200 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1248.79 kcal; Białko: 70.11 g; Węglowodany : 178.03 g; : 84.85 g; Tłuszcz: 34.16 g; : 15.61 g; : 26.84 g; : 4.67 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ),	zupa krem z selera 400 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 661.93 kcal; Białko: 16.47 g; Węglowodany : 111.2 g; : 80.34 g; Tłuszcz: 21.11 g; : 11.95 g; : 20.06 g; : 2.5 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL,</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;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 10 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.78 kcal; Białko: 105.7 g; Węglowodany : 244.96 g; : 68.15 g; Tłuszcz: 85.5 g; : 38.26 g; : 36.33 g; : 8.02 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , biała kielbasa cieńka 120 g , papryka 40 g , ketchup 30 g , salata masłowa 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2312.67 kcal; Białko: 105.07 g; Węglowodany : 258.84 g; : 72.7 g; Tłuszcz: 101.52 g; : 15.49 g; : 32.35 g; : 8.87 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ), sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> banan 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2009.06 kcal; Białko: 98.37 g; Węglowodany : 248.39 g; : 60.78 g; Tłuszcz: 75.27 g; : 36.92 g; : 27.93 g; : 9.35 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z marchwi 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jogurtowo waniliowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), sur. z marchewki z brzoskwinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 60 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2198.01 kcal; Białko: 41.26 g; Węglowodany : 270.2 g; : 88.59 g; Tłuszcz: 113.94 g; : 48.68 g; : 35.82 g; : 4.6 g;

czwartek 2023-11-23		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g ( <u>GLU,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1819.12 kcal; Białko: 97.3 g; Węglowodany : 231.57 g; : 50.41 g; Tłuszcz: 62.12 g; : 30.75 g; : 28.53 g; : 9.05 g;

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>czwartek 2023-11-23</b>		<b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna</b>	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 20 g , biała kielbasa cieńka 120 g , ketchup 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> _), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g ( <b>SEL,</b> _), gotowany burak 150 g ( <b>GLU,</b> _), sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL,</b> _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2225.67 kcal; Białko: 106.29 g; Węglowodany : 237.22 g; : 71.14 g; Tłuszcz: 101.66 g; : 15.5 g; : 36.11 g; : 8.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 45 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 100 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MIĘ, _</u> ), gotowany kalafior 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 45 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek zielony 50 g , pasta z soczewicy z pomidorami 50 g ( <u>SEL, _</u> ), ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.8 kcal; Białko: 63.51 g; Węglowodany : 296.2 g; : 77.1 g; Tłuszcz: 86.94 g; : 41.3 g; : 31.81 g; : 4.88 g;

<b>piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIĘ, _</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2231.64 kcal; Białko: 91.18 g; Węglowodany : 287.35 g; : 64.25 g; Tłuszcz: 86.43 g; : 33.22 g; : 26.82 g; : 6.14 g;

<b>piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIĘ, _</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2231.64 kcal; Białko: 91.18 g; Węglowodany : 287.35 g; : 64.25 g; Tłuszcz: 86.43 g; : 33.22 g; : 26.82 g; : 6.14 g;

<b>piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
---	--	--



**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , surówka z kapusty kiszzonej 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ogórek zielony 50 g , pasta z soczewicy z pomidorami 50 g ( <u>SEL,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2194.11 kcal; Białko: 82.68 g; Węglowodany : 276.08 g; : 69.7 g; Tłuszcz: 92.29 g; : 39.57 g; : 34.11 g; : 6.01 g;

<b>piątek 2023-11-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), surówka z kapusty kiszzonej 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , ogórek zielony 50 g , pasta z soczewicy z pomidorami 50 g ( <u>SEL,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1909.36 kcal; Białko: 75.31 g; Węglowodany : 250.2 g; : 51.31 g; Tłuszcz: 74.79 g; : 31.63 g; : 34.26 g; : 18.33 g;

<b>piątek 2023-11-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), serek granii 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , paluszki rybne 60 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MIE,</u> ), gotowany kalafior 150 g , kompot 200ml 200 g ,	szynka gotowana 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 40 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1525.9 kcal; Białko: 46.6 g; Węglowodany : 237.43 g; : 73.21 g; Tłuszcz: 49.46 g; : 24.92 g; : 26 g; : 3.78 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-11-24		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), serek grani 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u> ), gotowany kalafior 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ogórek zielony 50 g , pasta z soczewicy z pomidorami 60 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), szynka gotowana 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 2 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.85 kcal; Białko: 81.08 g; Węglowodany : 273.51 g; : 65.86 g; Tłuszcz: 83.16 g; : 36.62 g; : 26.48 g; : 4.95 g;

piątek 2023-11-24		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g , ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zupa pomidorowa z ryżem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u> ), gotowany kalafior 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pomidor 50 g , papryka 40 g , pasta z soczewicy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1996.35 kcal; Białko: 51.34 g; Węglowodany : 279.52 g; : 79.65 g; Tłuszcz: 81.86 g; : 41.29 g; : 31.89 g; : 4.58 g;

piątek 2023-11-24		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2285.34 kcal; Białko: 98.9 g; Węglowodany : 256.9 g; : 61.37 g; Tłuszcz: 101.38 g; : 21.98 g; : 25.08 g; : 20.52 g;

piątek 2023-11-24		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> budyń śmietankowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1683.83 kcal; Białko: 78.78 g; Węglowodany : 223.11 g; : 126.27 g; Tłuszcz: 57.25 g; : 18 g; : 19.24 g; : 14.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE, _</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	zupa pietruszkowa krem 400 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE, _</b> ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 971.85 kcal; Białko: 26.3 g; Węglowodany : 165.55 g; : 129.25 g; Tłuszcz: 26.72 g; : 9.02 g; : 18.71 g; : 5.12 g;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ),	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;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), serek granii 100 g ( <b>MLE, _</b> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	kompot 200ml 0 g , zupa pomidorowa z ryżem 350 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ), gotowany filet z dorsza 150 g ( <b>RYB, SEL, MIE, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z kapusty kiszonej 150 g , sos koperkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), szynka gotowana 80 g , ogórek zielony 50 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1967.67 kcal; Białko: 94.04 g; Węglowodany : 273.52 g; : 45.81 g; Tłuszcz: 63.87 g; : 30.13 g; : 40.09 g; : 11.36 g;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pomidorowa z ryżem BM 350 g ( <b>SEL, _</b> ), sos koperkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , paluszki rybne 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MIE, _</b> ), surówka z kapusty kiszonej 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1774.86 kcal; Białko: 56.15 g; Węglowodany : 279.1 g; : 69.53 g; Tłuszcz: 55.21 g; : 11.74 g; : 32.19 g; : 10.84 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.14 kcal; Białko: 98.96 g; Węglowodany : 256.42 g; : 62.94 g; Tłuszcz: 97.33 g; : 36.02 g; : 26.01 g; : 17.86 g;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 45 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 45 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g , pasta z soczewicy z pomidorami 60 g ( <u>SEL</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2097.06 kcal; Białko: 59.01 g; Węglowodany : 281.13 g; : 68.39 g; Tłuszcz: 88.61 g; : 38.58 g; : 28.13 g; : 4.54 g;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 50 g ,	zupa pietruszkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.9 kcal; Białko: 101.3 g; Węglowodany : 227.69 g; : 50.78 g; Tłuszcz: 91.44 g; : 36.3 g; : 23.27 g; : 5.33 g;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pomidorowa z ryżem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowany filet z dorsza 150 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> ), gotowany kalafior 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.59 kcal; Białko: 103.67 g; Węglowodany : 302.01 g; : 74.92 g; Tłuszcz: 69.94 g; : 13.48 g; : 41.75 g; : 14.12 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , pasta z marchwi 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko: 88.73 g; Węglowodany : 293.16 g; : 79.38 g; Tłuszcz: 85.92 g; : 36.85 g; : 29.12 g; : 14.35 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor bs 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczerek:</b> chrupki kukurydziane 10 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2127.59 kcal; Białko: 93.95 g; Węglowodany : 273.41 g; : 77.27 g; Tłuszcz: 79.4 g; : 35.9 g; : 27.66 g; : 13.15 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor bs 50 g , sałata masłowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczerek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2163.89 kcal; Białko: 94.84 g; Węglowodany : 281.3 g; : 77.27 g; Tłuszcz: 79.7 g; : 35.94 g; : 28.42 g; : 13.15 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 125 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2176.01 kcal; Białko: 92.98 g; Węglowodany : 275.99 g; : 73.69 g;  
Tłuszcz: 85.04 g; : 36.84 g; : 32.71 g; : 12.4 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), dynia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 125 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2169.89 kcal; Białko: 92.87 g; Węglowodany : 273.79 g; : 54.41 g;  
Tłuszcz: 86.2 g; : 36.35 g; : 36.33 g; : 12.63 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z cukini 250 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 100 g , Gulasz drobiowy 100 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 30 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1597.62 kcal; Białko: 59.85 g; Węglowodany : 212.07 g; : 74.98 g;  
Tłuszcz: 61.62 g; : 27.11 g; : 22.35 g; : 8.82 g;

<b>sobota 2023-11-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy 200 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 300 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 2 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2114.23 kcal; Białko: 99.81 g; Węglowodany : 236.03 g; : 86.53 g;  
Tłuszcz: 91.21 g; : 38.82 g; : 24.85 g; : 13.81 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 20 g , pasta z marchwi 50 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z cukini 350 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), sopočka połędwica wieprzowa 30 g , pomidor 50 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2258.17 kcal; Białko: 63.98 g; Węglowodany : 293.43 g; : 94.58 g; Tłuszcz: 98.76 g; : 45.63 g; : 30.13 g; : 11.6 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , sopočka połędwica wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2260.66 kcal; Białko: 104.8 g; Węglowodany : 260.27 g; : 54.41 g; Tłuszcz: 94.32 g; : 25.37 g; : 24.2 g; : 14.09 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1589.86 kcal; Białko: 67.79 g; Węglowodany : 233.4 g; : 117.92 g; Tłuszcz: 47.67 g; : 17.4 g; : 22.18 g; : 9.7 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 400 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</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 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</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;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g ( <b>SEL</b> ), gotowany brokuł 175 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 90 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2128.34 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 264.64 g; : 73.89 g; Tłuszcz: 82.33 g; : 31.32 g; : 35.8 g; : 15.29 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL</b> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g ( <b>SEL</b> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , sopočka połędwica wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1777.56 kcal; Białko: 71.95 g; Węglowodany : 215.88 g; : 73.99 g; Tłuszcz: 74.57 g; : 15.05 g; : 22.39 g; : 12.35 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , Gulasz drobiowy 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), sopočka połędwica wieprzowa 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1993.59 kcal; Białko: 77.79 g; Węglowodany : 263.4 g; : 71.53 g; Tłuszcz: 75.54 g; : 34.71 g; : 25.27 g; : 11.94 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pasta z marchwi 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), kotlety warzywne z brokołami 120 g ( <b>GLU</b> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 50 g , papryka 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2275.07 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 325.62 g; : 88.43 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 44.77 g; : 34.83 g; : 17.26 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini 350 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sopočka połędwica wieprzowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2257.61 kcal; Białko: 101.94 g; Węglowodany : 284.37 g; : 92 g; Tłuszcz: 84.98 g; : 39.3 g; : 25.88 g; : 13.9 g;

sobota 2023-11-25		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , kasza bulgur 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g ( <u>SEL</u> ), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , sopočka połędwica wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , papryka 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie bananowe 250 g ,		<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2216.46 kcal; Białko: 94.19 g; Węglowodany : 262.74 g; : 72.93 g; Tłuszcz: 95.28 g; : 19.89 g; : 35.11 g; : 14.58 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka 60 g , ogórek kiszony 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , kotlet schabowy panierowany 120 g ( <b>GLU,</b> ), mizeria 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2224.67 kcal; Białko: 90.56 g; Węglowodany : 274.15 g ; : 68.15 g; Tłuszcz: 90.74 g ; : 37.1 g ; : 25.57 g ; : 14.93 g;

<b>niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , pomidor bs 50 g , salata lodowa 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2128.06 kcal; Białko: 122.83 g; Węglowodany : 271.21 g ; : 81.3 g; Tłuszcz: 66.84 g ; : 35 g ; : 25.17 g ; : 20.83 g;

<b>niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , pomidor bs 50 g , salata lodowa 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2161.5 kcal; Białko: 128.16 g; Węglowodany : 310.95 g ; : 85.52 g; Tłuszcz: 51.07 g ; : 24.25 g ; : 27.64 g ; : 17.98 g;

<b>niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 30 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	
---	--------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2223.84 kcal; Białko: 120.06 g; Węglowodany : 284.33 g; : 75.28 g; Tłuszcz: 73.89 g; : 39.66 g; : 30.83 g; : 18.4 g;

<b>niedziela 2023-11-26</b>	<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	
-----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 90 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,
--	---	--

<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	
---	--------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2208.42 kcal; Białko: 123.35 g; Węglowodany : 295.84 g; : 56.4 g; Tłuszcz: 66.11 g; : 34.28 g; : 33.29 g; : 19.92 g;

<b>niedziela 2023-11-26</b>	<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>	
-----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa żywiecka 50 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 120 g , mizeria 150 g ( <b>MLE</b> ), schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 50 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
---	---	--

<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	
---	--------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1628.4 kcal; Białko: 98.26 g; Węglowodany : 208.59 g; : 67.57 g; Tłuszcz: 49.43 g; : 23.03 g; : 21.9 g; : 9.2 g;

<b>niedziela 2023-11-26</b>	<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>	
-----------------------------	--	--

herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa żywiecka 70 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , kotlet schabowy panierowany 150 g ( <b>GLU</b> ), mizeria 150 g ( <b>MLE</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 100 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
---	---	---

<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	
---	--------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2235.8 kcal; Białko: 108.06 g; Węglowodany : 268.63 g; : 64.86 g; Tłuszcz: 86.52 g; : 29.13 g; : 25.03 g; : 14.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , kielbasa żywiecka 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 150 g , kotlet schabowy panierowany 80 g ( <u>GLU</u> , ), mizeria 80 g ( <u>MLE</u> , ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z pieczonych warzyw 50 g ( <u>SEL</u> , ), salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.7 kcal; Białko: 65.76 g; Węglowodany : 359.13 g; : 83.99 g; Tłuszcz: 57.35 g; : 20.04 g; : 32.16 g; : 10.1 g;

niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 150 g ( <u>SEL</u> , ), cukinia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> , ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), margaryna 20 g , szynka biała 90 g ,
	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2210.82 kcal; Białko: 123.42 g; Węglowodany : 274.86 g; : 54.7 g; Tłuszcz: 73.48 g; : 16.65 g; : 22.06 g; : 20.32 g;

niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> , ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 150 g , cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1238.61 kcal; Białko: 70.42 g; Węglowodany : 205.62 g; : 117.15 g; Tłuszcz: 18.12 g; : 8.66 g; : 14.38 g; : 11.64 g;

niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> , ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE</u> , ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 727.62 kcal; Białko: 19.56 g; Węglowodany : 145.39 g; : 116.5 g; Tłuszcz: 10.78 g; : 5.29 g; : 15.09 g; : 3.44 g;

niedziela 2023-11-26 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 90 g , salata masłowa 30 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2240.47 kcal; Białko: 130.08 g; Węglowodany : 298.14 g; : 72.3 g; Tłuszcz: 67.05 g; : 31.33 g; : 40 g; : 21.89 g;

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka biała 90 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2297.47 kcal; Białko: 124.87 g; Węglowodany : 317.98 g; : 74.75 g; Tłuszcz: 65.2 g; : 16.6 g; : 31.71 g; : 21.89 g;

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1668.46 kcal; Białko: 91.86 g; Węglowodany : 205.05 g; : 38.49 g; Tłuszcz: 57.42 g; : 31.34 g; : 18.24 g; : 17.29 g;

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser topiony w kostce 50 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 100 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser fromage 80 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.25 kcal; Białko: 68.7 g; Węglowodany : 236.11 g; : 71.11 g; Tłuszcz: 104.98 g; : 48.95 g; : 24.58 g; : 14.64 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenney 90 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1591.37 kcal; Białko: 95.19 g; Węglowodany : 229.69 g; : 63.14 g; Tłuszcz: 36.51 g; : 17.47 g; : 18.82 g; : 15.84 g;

niedziela 2023-11-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie 150 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 90 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2154.35 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 283.31 g; : 72.71 g; Tłuszcz: 65.1 g; : 16.54 g; : 37.29 g; : 17.92 g;