

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: waffle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.99 kcal; Białko: 84.19 g; Węglowodany : 305.75 g ; 63.7 g; Tłuszcz: 89.62 g ; 42.76 g ; 33.37 g ; 8.14 g;		
poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: waffle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.22 kcal; Białko: 87.99 g; Węglowodany : 286.62 g ; 63.95 g; Tłuszcz: 94.5 g ; 43.28 g ; 31.08 g ; 7.76 g;		
poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: waffle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.42 kcal; Białko: 88.7 g; Węglowodany : 291.91 g ; 63.88 g; Tłuszcz: 78.14 g ; 32.37 g ; 31.35 g ; 7.88 g;		
poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: waffle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.42 kcal; Białko: 84.67 g; Węglowodany : 313.94 g ; 66.67 g; Tłuszcz: 94.78 g ; 43.33 g ; 36.36 g ; 7.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto (ryż brązowy) warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.92 kcal; Białko: 66.7 g; Węglowodany : 299.08 g; : 57.24 g; Tłuszcz: 84.41 g; : 36.82 g; : 38.27 g; : 7.11 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.87 kcal; Białko: 61.98 g; Węglowodany : 259.1 g; : 60.41 g; Tłuszcz: 82.75 g; : 36.41 g; : 30.45 g; : 6.39 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2340.29 kcal; Białko: 103.1 g; Węglowodany : 287.28 g; : 52.07 g; Tłuszcz: 99.47 g; : 45.56 g; : 30.13 g; : 9.38 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2314.96 kcal; Białko: 53.01 g; Węglowodany : 369.24 g; : 114.96 g; Tłuszcz: 83.96 g; : 37.25 g; : 36.63 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2451.34 kcal; Białko: 111.1 g; Węglowodany : 276.76 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 112.45 g; : 30.77 g; : 27.62 g; : 7.95 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1487.86 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 195.16 g; : 92.7 g; Tłuszcz: 60.02 g; : 19.65 g; : 25.69 g; : 2.44 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 400 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 838.33 kcal; Białko: 20.37 g; Węglowodany : 146.62 g; : 111.6 g; Tłuszcz: 23.59 g; : 13.4 g; : 21.37 g; : 1.17 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), rissoto warzywne BM 300 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.78 kcal; Białko: 69.57 g; Węglowodany : 268.26 g; : 59 g; Tłuszcz: 83.06 g; : 36.1 g; : 39.96 g; : 7.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), risotto warzywne BM 300 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.48 kcal; Białko: 68.14 g; Węglowodany : 311.75 g ; : 61.14 g; Tłuszcz: 87.1 g ; : 18.1 g ; : 35.43 g ; : 7.69 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2590.15 kcal; Białko: 115.77 g; Węglowodany : 310.05 g ; : 64.47 g; Tłuszcz: 123.42 g ; : 26.1 g ; : 27.37 g ; : 8.1 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.86 kcal; Białko: 62.03 g; Węglowodany : 316.01 g ; : 66.61 g; Tłuszcz: 102.05 g ; : 48.65 g ; : 35.29 g ; : 6.33 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.85 kcal; Białko: 126.83 g; Węglowodany : 287.47 g ; : 87 g; Tłuszcz: 103.65 g ; : 37.37 g ; : 35.84 g ; : 8.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), risotto warzywne BM 300 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.18 kcal; Białko: 74.69 g; Węglowodany : 273.36 g ; 61.45 g; Tłuszcz: 93.33 g ; 19.28 g ; 41.92 g ; : 7.82 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU), masło 10 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), risotto warzywne 300 g (MLE, SEL),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU), masło 10 g (MLE), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.42 kcal; Białko: 71.81 g; Węglowodany : 344.7 g ; : 112.63 g; Tłuszcz: 70.45 g ; 27.73 g ; 32.55 g ; : 7.38 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU), chleb baltonowski 40 g (GLU), masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), risotto warzywne 300 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 40 g (GLU), masło 10 g (MLE), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.72 kcal; Białko: 63.24 g; Węglowodany : 273.57 g ; 81.87 g; Tłuszcz: 92.12 g ; 30.71 g ; 35.42 g ; : 6.3 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU), masło 30 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), risotto warzywne 300 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.92 kcal; Białko: 71.48 g; Węglowodany : 286.02 g ; 66.39 g; Tłuszcz: 113.37 g ; 50.65 g ; 35.58 g ; : 7.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 30 g (<u>MLE</u> ,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 30 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.42 kcal; Białko: 69.35 g; Węglowodany : 272.44 g ; : 66.27 g; Tłuszcz: 113.02 g ; : 50.58 g ; : 34.9 g ; : 7.21 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 30 g (<u>MLE</u> ,), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 90 g (<u>GLU</u> ,), masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.82 kcal; Białko: 67.01 g; Węglowodany : 286.84 g ; : 65.35 g; Tłuszcz: 100.12 g ; : 44.41 g ; : 36.64 g ; : 7.26 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 30 g (<u>MLE</u> ,), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 90 g (<u>GLU</u> ,), masło 30 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.02 kcal; Białko: 65.86 g; Węglowodany : 275.65 g ; : 65.13 g; Tłuszcz: 108.11 g ; : 49.82 g ; : 35.8 g ; : 7.06 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb bałtonowski 90 g (<u>GLU</u> ,), masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.62 kcal; Białko: 64.28 g; Węglowodany : 282.02 g ; : 68.82 g; Tłuszcz: 98.53 g ; : 40.62 g ; : 36.76 g ; : 6.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		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 , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 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 razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.75 kcal; Białko: 66.05 g; Węglowodany : 277.75 g; : 64.61 g; Tłuszcz: 107.54 g; : 49.43 g; : 35.95 g; : 7.18 g;

poniedziałek 2024-01-29		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 , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.62 kcal; Białko: 65.78 g; Węglowodany : 257.94 g; : 69.56 g; Tłuszcz: 111.95 g; : 46.85 g; : 41.98 g; : 6.68 g;

poniedziałek 2024-01-29		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.92 kcal; Białko: 66.66 g; Węglowodany : 263.5 g; : 67.09 g; Tłuszcz: 105.91 g; : 27.89 g; : 42.16 g; : 6.95 g;

poniedziałek 2024-01-29		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 krem z selera 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 razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.98 kcal; Białko: 56.6 g; Węglowodany : 300 g; : 65.72 g; Tłuszcz: 124.63 g; : 57.79 g; : 37.7 g; : 6.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.52 kcal; Białko: 63.28 g; Węglowodany : 257.26 g; : 64 g; Tłuszcz: 106.11 g; : 27.82 g; : 33.79 g; : 6.92 g;

poniedziałek 2024-01-29 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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</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 gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.72 kcal; Białko: 63.24 g; Węglowodany : 273.57 g; : 81.87 g; Tłuszcz: 92.12 g; : 30.71 g; : 35.42 g; : 6.3 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.92 kcal; Białko: 71.48 g; Węglowodany : 286.02 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 113.37 g; : 50.65 g; : 35.58 g; : 7.49 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.42 kcal; Białko: 69.35 g; Węglowodany : 272.44 g; : 66.27 g; Tłuszcz: 113.02 g; : 50.58 g; : 34.9 g; : 7.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		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>), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.82 kcal; Białko: 67.01 g; Węglowodany : 286.84 g; : 65.35 g; Tłuszcz: 100.12 g; : 44.41 g; : 36.64 g; : 7.26 g;

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem 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>), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.02 kcal; Białko: 65.86 g; Węglowodany : 275.65 g; : 65.13 g; Tłuszcz: 108.11 g; : 49.82 g; : 35.8 g; : 7.06 g;

poniedziałek 2024-01-29		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.62 kcal; Białko: 64.28 g; Węglowodany : 282.02 g; : 68.82 g; Tłuszcz: 98.53 g; : 40.62 g; : 36.76 g; : 6.85 g;

poniedziałek 2024-01-29		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 , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 250 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.75 kcal; Białko: 66.05 g; Węglowodany : 277.75 g; : 64.61 g; Tłuszcz: 107.54 g; : 49.43 g; : 35.95 g; : 7.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29 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 , dynia pieczona 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.62 kcal; Białko: 65.78 g; Węglowodany : 257.94 g; : 69.56 g; Tłuszcz: 111.95 g; : 46.85 g; : 41.98 g; : 6.68 g;

poniedziałek 2024-01-29 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.92 kcal; Białko: 66.66 g; Węglowodany : 263.5 g; : 67.09 g; Tłuszcz: 105.91 g; : 27.89 g; : 42.16 g; : 6.95 g;

poniedziałek 2024-01-29 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 250 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.98 kcal; Białko: 56.6 g; Węglowodany : 300 g; : 65.72 g; Tłuszcz: 124.63 g; : 57.79 g; : 37.7 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.52 kcal; Białko: 63.28 g; Węglowodany : 257.26 g; : 64 g; Tłuszcz: 106.11 g; : 27.82 g; : 33.79 g; : 6.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u> ,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.94 kcal; Białko: 101.47 g; Węglowodany : 300.34 g ; 64.99 g; Tłuszcz: 85.56 g ; 40.12 g ; 30.68 g ; 8.45 g;		
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE</u> <u>SEL</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.46 kcal; Białko: 110.53 g; Węglowodany : 293.88 g ; 76.33 g; Tłuszcz: 89.46 g ; 39.26 g ; 23.42 g ; 9.21 g;		
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u> ,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2380.28 kcal; Białko: 105.83 g; Węglowodany : 334.85 g ; 105.9 g; Tłuszcz: 80.82 g ; 28.89 g ; 27.55 g ; 8.85 g;		
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u> ,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.78 kcal; Białko: 107.63 g; Węglowodany : 306.74 g ; 69.33 g; Tłuszcz: 71.55 g ; 37.6 g ; 35.47 g ; 9.67 g;		
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.24 kcal; Białko: 103.07 g; Węglowodany : 302.94 g ; 64.21 g; Tłuszcz: 75.85 g ; 39.3 g ; 36.09 g ; 8.11 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 100 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1829.06 kcal; Białko: 92.08 g; Węglowodany : 239.71 g ; 66.29 g; Tłuszcz: 68.55 g ; 35.62 g ; 28.95 g ; 6.4 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.15 kcal; Białko: 110.44 g; Węglowodany : 262.48 g ; 55.59 g; Tłuszcz: 73.32 g ; 39.4 g ; 26.7 g ; 9.42 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.18 kcal; Białko: 88.08 g; Węglowodany : 323.01 g ; 94.52 g; Tłuszcz: 75.41 g ; 36.88 g ; 29.83 g ; 7.34 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371.61 kcal; Białko: 115.11 g; Węglowodany : 276.72 g ; 44.52 g; Tłuszcz: 100.48 g ; 28 g ; 22.45 g ; 10.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u> ,) , gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1443.53 kcal; Białko: 67.68 g; Węglowodany : 226.93 g; : 119.21 g; Tłuszcz: 34.25 g; : 15.78 g; : 22.52 g; : 3.88 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 ziemniaczana 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 795.94 kcal; Białko: 19.22 g; Węglowodany : 147.9 g; : 108.23 g; Tłuszcz: 17.49 g; : 9.63 g; : 15.51 g; : .87 g;

wtorek 2024-01-30 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: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u> ,) , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.46 kcal; Białko: 111.02 g; Węglowodany : 270.71 g; : 56.97 g; Tłuszcz: 81.24 g; : 35.38 g; : 35.9 g; : 8.99 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u> ,) , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2313.79 kcal; Białko: 106.68 g; Węglowodany : 284.89 g; : 59.27 g; Tłuszcz: 95.44 g; : 24.28 g; : 28.84 g; : 9.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.07 kcal; Białko: 118.44 g; Węglowodany : 306.09 g; : 42.08 g; Tłuszcz: 90.74 g; : 36.36 g; : 22.14 g; : 9.44 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 60 g (GLU,),
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.39 kcal; Białko: 66.21 g; Węglowodany : 345.99 g; : 63.16 g; Tłuszcz: 95.44 g; : 44.68 g; : 29.84 g; : 7.01 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 75 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 150 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 100 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 75 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1682.8 kcal; Białko: 95.35 g; Węglowodany : 201.81 g; : 57.58 g; Tłuszcz: 65.16 g; : 25.25 g; : 19.11 g; : 7.52 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.66 kcal; Białko: 111.18 g; Węglowodany : 272.14 g; : 57.59 g; Tłuszcz: 96.3 g; : 24.44 g; : 36.76 g; : 9.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.38 kcal; Białko: 114.22 g; Węglowodany : 304.93 g; : 68.38 g; Tłuszcz: 85.61 g; : 24.62 g; : 30.94 g; : 10.13 g;

wtorek 2024-01-30		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>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.17 kcal; Białko: 92.66 g; Węglowodany : 256.67 g; : 67.47 g; Tłuszcz: 96.69 g; : 44.12 g; : 30.93 g; : 7.24 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.84 kcal; Białko: 111.85 g; Węglowodany : 302.36 g; : 77.34 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 48.46 g; : 27.96 g; : 9.96 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 275.28 g; : 77.15 g; Tłuszcz: 96.49 g; : 53.78 g; : 26.61 g; : 9.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.08 kcal; Białko: 98.12 g; Węglowodany : 248.83 g; : 66.55 g; Tłuszcz: 91.05 g; : 48.61 g; : 29.56 g; : 7.47 g;

wtorek 2024-01-30		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>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.53 kcal; Białko: 99.41 g; Węglowodany : 255.17 g; : 61.9 g; Tłuszcz: 99.56 g; : 54.14 g; : 30.4 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE</u>), salata maslowa 10 g , chleb bałtonowski 40 g (<u>GLU</u>),	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 bałtonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.16 kcal; Białko: 103.42 g; Węglowodany : 253.22 g; : 87.52 g; Tłuszcz: 86.45 g; : 37.71 g; : 29.7 g; : 7.42 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb bałtonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb bałtonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.77 kcal; Białko: 90.93 g; Węglowodany : 260.52 g; : 67.19 g; Tłuszcz: 99.63 g; : 48.88 g; : 30.57 g; : 7.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, 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: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.26 kcal; Białko: 98.32 g; Węglowodany : 271.08 g; : 68.64 g; Tłuszcz: 92.51 g; : 40.5 g; : 38.87 g; : 7.26 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.56 kcal; Białko: 110.43 g; Węglowodany : 297.3 g; : 66.43 g; Tłuszcz: 88.95 g; : 26.69 g; : 41.78 g; : 9.63 g;

wtorek 2024-01-30		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>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</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 , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.53 kcal; Białko: 99.41 g; Węglowodany : 255.17 g; : 61.9 g; Tłuszcz: 99.56 g; : 54.14 g; : 30.4 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb bałtonowski 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb bałtonowski 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.4 kcal; Białko: 60.35 g; Węglowodany : 316.05 g; : 69.53 g; Tłuszcz: 80.7 g; : 36.64 g; : 34.66 g; : 5.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana BM 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, 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: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1691.34 kcal; Białko: 82.97 g; Węglowodany : 224.79 g; : 64.23 g; Tłuszcz: 64.7 g; : 17.56 g; : 27.33 g; : 5.71 g;

wtorek 2024-01-30		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>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 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>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1322.1 kcal; Białko: 75.67 g; Węglowodany : 152.48 g; : 58.6 g; Tłuszcz: 57.78 g; : 26.84 g; : 21.45 g; : 4.95 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</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 , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1376.47 kcal; Białko: 82.46 g; Węglowodany : 147.29 g; : 64.87 g; Tłuszcz: 54.58 g; : 28.41 g; : 17.15 g; : 6.68 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</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 , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1356.65 kcal; Białko: 76.88 g; Węglowodany : 152.2 g; : 68.71 g; Tłuszcz: 52.87 g; : 27.99 g; : 17.91 g; : 6.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1283.71 kcal; Białko: 79.04 g; Węglowodany : 139.79 g; : 59.99 g; Tłuszcz: 56.49 g; : 28.61 g; : 21.04 g; : 5.36 g;

wtorek 2024-01-30 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>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.74 kcal; Białko: 79.04 g; Węglowodany : 137.29 g; : 57.49 g; Tłuszcz: 56.49 g; : 28.61 g; : 21.04 g; : 5.36 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE,</u>), salata masłowa 10 g , chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU,</u>),	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.76 kcal; Białko: 81.63 g; Węglowodany : 154.58 g; : 69.32 g; Tłuszcz: 56.41 g; : 25.64 g; : 21.46 g; : 5.35 g;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1314.56 kcal; Białko: 74.9 g; Węglowodany : 144.85 g; : 59.58 g; Tłuszcz: 60.66 g; : 28.73 g; : 21.46 g; : 5.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1329.01 kcal; Białko: 77.06 g; Węglowodany : 151.84 g; : 59.39 g; Tłuszcz: 58.76 g; : 25.36 g; : 24.39 g; : 4.89 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , szynka drobiowa z kurczaka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1252.66 kcal; Białko: 74.64 g; Węglowodany : 145.66 g; : 59.63 g; Tłuszcz: 46.23 g; : 15.38 g; : 23.71 g; : 5.52 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1272.79 kcal; Białko: 79 g; Węglowodany : 137.09 g; : 57.35 g; Tłuszcz: 56.48 g; : 28.61 g; : 20.98 g; : 5.36 g;

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU</u>), chleb bałtonowski 15 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1185.74 kcal; Białko: 40.8 g; Węglowodany : 192.66 g; : 63.59 g; Tłuszcz: 42.21 g; : 18.21 g; : 24.55 g; : 3.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1298.84 kcal; Białko: 74.21 g; Węglowodany : 144.61 g; : 59.19 g; Tłuszcz: 59.26 g; : 18.16 g; : 21.27 g; : 4.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2149.24 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 269.15 g; : 33.06 g; Tłuszcz: 80.15 g; : 34.33 g; : 29.27 g; : 7.5 g;		
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 90 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.3 kcal; Białko: 115.63 g; Węglowodany : 246.44 g; : 30.53 g; Tłuszcz: 81.96 g; : 35.19 g; : 25.5 g; : 8.47 g;		
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.95 kcal; Białko: 112.14 g; Węglowodany : 274.32 g; : 36.08 g; Tłuszcz: 66.16 g; : 23.9 g; : 29.8 g; : 8.09 g;		
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.74 kcal; Białko: 102.3 g; Węglowodany : 273.94 g; : 32.49 g; Tłuszcz: 80.11 g; : 34.32 g; : 30.02 g; : 7.52 g;		
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona palka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2060.56 kcal; Białko: 100.86 g; Węglowodany : 259.63 g; : 23.02 g; Tłuszcz: 74.96 g; : 33.75 g; : 27.88 g; : 7.24 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.73 kcal; Białko: 94 g; Węglowodany : 202.68 g; : 26.45 g; Tłuszcz: 73.83 g; : 33.53 g; : 23.33 g; : 6.31 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.2 kcal; Białko: 120.07 g; Węglowodany : 242.04 g; : 37.57 g; Tłuszcz: 84.39 g; : 36.63 g; : 26.74 g; : 8.98 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 150 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.07 kcal; Białko: 88.25 g; Węglowodany : 325.62 g; : 83.52 g; Tłuszcz: 72.17 g; : 32.5 g; : 30.66 g; : 5.95 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.79 kcal; Białko: 114.06 g; Węglowodany : 258.31 g; : 38.97 g; Tłuszcz: 102.37 g; : 23.99 g; : 23.98 g; : 8.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE, _),	zupa koperkowa 350 g (SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , zupa koperkowa 350 g (SEL, _), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1259.74 kcal; Białko: 69.29 g; Węglowodany : 169.18 g; : 64.52 g; Tłuszcz: 39.11 g; : 12.25 g; : 22.86 g; : 2.44 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE, _), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g (SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 677.74 kcal; Białko: 18.16 g; Węglowodany : 135.16 g; : 110.23 g; Tłuszcz: 10.82 g; : 5.29 g; : 16.92 g; : .92 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL, _),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1947.4 kcal; Białko: 106.72 g; Węglowodany : 227.47 g; : 27.7 g; Tłuszcz: 75.27 g; : 30.82 g; : 33.61 g; : 7.56 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU, _), chleb baltonowski 60 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.85 kcal; Białko: 110.88 g; Węglowodany : 255.5 g; : 30.14 g; Tłuszcz: 91.35 g; : 20.46 g; : 28.09 g; : 8.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , ₁), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL , ₁), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL , ₁),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , ₁), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.75 kcal; Białko: 119.01 g; Węglowodany : 281.63 g; : 38.63 g; Tłuszcz: 102.57 g; : 21.68 g; : 25.4 g; : 8.71 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU , ₁), chleb baltonowski 60 g (GLU , ₁), masło 20 g (MLE , ₁), pasta buraczana BM 100 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL , ₁), ziemniaki gotowane 200 g , kroiety z kapusty modrej 120 g (GLU , ₁), dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU , ₁ MLE , ₁ SEL , ₁),	chleb razowy 70 g (GLU , ₁), masło 20 g (MLE , ₁), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 60 g (GLU , ₁),
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.35 kcal; Białko: 45.89 g; Węglowodany : 347.81 g; : 77.86 g; Tłuszcz: 70.74 g; : 30.7 g; : 37.17 g; : 4.94 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL , ₁), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU , ₁ MLE , ₁ SEL , ₁),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), dżem brzoskwiowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1768.99 kcal; Białko: 93.08 g; Węglowodany : 235.06 g; : 44.08 g; Tłuszcz: 56.1 g; : 22 g; : 23.55 g; : 6.1 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL , ₁), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL , ₁),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.89 kcal; Białko: 114.99 g; Węglowodany : 277.73 g; : 61.6 g; Tłuszcz: 75.86 g; : 16.88 g; : 34.82 g; : 8.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwinowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 324.55 g; : 84.99 g; Tłuszcz: 62.62 g; : 23.94 g; : 29.79 g; : 8.9 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1726.89 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 202.51 g; : 32.23 g; Tłuszcz: 71.23 g; : 28.91 g; : 25.14 g; : 5.66 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.74 kcal; Białko: 103.28 g; Węglowodany : 231.95 g; : 29.11 g; Tłuszcz: 97.4 g; : 48.82 g; : 24.46 g; : 7.04 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.6 kcal; Białko: 102.74 g; Węglowodany : 232.73 g; : 29.82 g; Tłuszcz: 99.24 g; : 50.15 g; : 24.96 g; : 6.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31 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 konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.69 kcal; Białko: 97.11 g; Węglowodany : 219.46 g; : 29.09 g; Tłuszcz: 88.78 g; : 43.25 g; : 25.85 g; : 6.58 g;

środa 2024-01-31 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 konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 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 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.89 kcal; Białko: 95.96 g; Węglowodany : 208.27 g; : 28.87 g; Tłuszcz: 96.77 g; : 48.66 g; : 25.01 g; : 6.38 g;

środa 2024-01-31 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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 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>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.99 kcal; Białko: 98.13 g; Węglowodany : 214.48 g; : 32.56 g; Tłuszcz: 88.19 g; : 39.94 g; : 25.97 g; : 6 g;

środa 2024-01-31 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 konserwowa 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.77 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 229.39 g; : 39.29 g; Tłuszcz: 116.77 g; : 62.55 g; : 25.81 g; : 6.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31 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 koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.04 kcal; Białko: 101.25 g; Węglowodany : 203.31 g; : 31.99 g; Tłuszcz: 96.96 g; : 45.5 g; : 30.74 g; : 6.06 g;

środa 2024-01-31 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 koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.24 kcal; Białko: 102.42 g; Węglowodany : 213.31 g; : 30.79 g; Tłuszcz: 89.68 g; : 23.11 g; : 32.44 g; : 6.42 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
	sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 73.34 kcal; Białko: .89 g; Węglowodany : 4.15 g; : .63 g; Tłuszcz: 6.05 g; : 3.84 g; : .55 g; : .32 g;

środa 2024-01-31 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 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	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 ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.17 kcal; Białko: 44.61 g; Węglowodany : 208.54 g; : 37.89 g; Tłuszcz: 128.76 g; : 67.37 g; : 24.02 g; : 5.08 g;

środa 2024-01-31 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 konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.34 kcal; Białko: 95.29 g; Węglowodany : 207.23 g; : 27.7 g; Tłuszcz: 88.88 g; : 22.55 g; : 24.07 g; : 6.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1726.89 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 202.51 g ; : 32.23 g; Tłuszcz: 71.23 g ; : 28.91 g ; : 25.14 g ; : 5.66 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.74 kcal; Białko: 103.28 g; Węglowodany : 231.95 g ; : 29.11 g; Tłuszcz: 97.4 g ; : 48.82 g ; : 24.46 g ; : 7.04 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.6 kcal; Białko: 102.74 g; Węglowodany : 232.73 g ; : 29.82 g; Tłuszcz: 99.24 g ; : 50.15 g ; : 24.96 g ; : 6.82 g;

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona palka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.69 kcal; Białko: 97.11 g; Węglowodany : 219.46 g ; : 29.09 g; Tłuszcz: 88.78 g ; : 43.25 g ; : 25.85 g ; : 6.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.89 kcal; Białko: 95.96 g; Węglowodany : 208.27 g ; 28.87 g; Tłuszcz: 96.77 g ; 48.66 g ; 25.01 g ; 6.38 g;

środa 2024-01-31		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.99 kcal; Białko: 98.13 g; Węglowodany : 214.48 g ; 32.56 g; Tłuszcz: 88.19 g ; 39.94 g ; 25.97 g ; 6 g;

środa 2024-01-31		
Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.77 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 229.39 g ; 39.29 g; Tłuszcz: 116.77 g ; 62.55 g ; 25.81 g ; 6.21 g;

środa 2024-01-31		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.04 kcal; Białko: 101.25 g; Węglowodany : 203.31 g ; 31.99 g; Tłuszcz: 96.96 g ; 45.5 g ; 30.74 g ; 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31 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 koperkowa 350 g (<u>SEL, _</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.24 kcal; Białko: 102.42 g; Węglowodany : 213.31 g; : 30.79 g; Tłuszcz: 89.68 g; : 23.11 g; : 32.44 g; : 6.42 g;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
	sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 73.34 kcal; Białko: .89 g; Węglowodany : 4.15 g; : .63 g; Tłuszcz: 6.05 g; : 3.84 g; : .55 g; : .32 g;

środa 2024-01-31 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 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	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 ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.17 kcal; Białko: 44.61 g; Węglowodany : 208.54 g; : 37.89 g; Tłuszcz: 128.76 g; : 67.37 g; : 24.02 g; : 5.08 g;

środa 2024-01-31 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 konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL, _</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.34 kcal; Białko: 95.29 g; Węglowodany : 207.23 g; : 27.7 g; Tłuszcz: 88.88 g; : 22.55 g; : 24.07 g; : 6.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 150 g , ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 50 g (<u>RYB, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.32 kcal; Białko: 79.92 g; Węglowodany : 272.39 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 119.05 g; : 47.2 g; : 28.64 g; : 9.54 g;		
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; : 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; : 36.05 g; : 17.53 g; : 7.03 g;		
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; : 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; : 36.05 g; : 17.53 g; : 7.03 g;		
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.78 kcal; Białko: 96.77 g; Węglowodany : 272.92 g; : 73.6 g; Tłuszcz: 86.23 g; : 38.87 g; : 30.38 g; : 7.64 g;		
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.78 kcal; Białko: 96.77 g; Węglowodany : 272.92 g; : 73.6 g; Tłuszcz: 86.23 g; : 38.87 g; : 30.38 g; : 7.64 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1702.86 kcal; Białko: 86.31 g; Węglowodany : 206.98 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 63.94 g; : 26.17 g; : 23.78 g; : 6.16 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), ser żółty 60 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), gotowane udko z kurczaka 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.06 kcal; Białko: 126.08 g; Węglowodany : 225.29 g; : 57.84 g; Tłuszcz: 106.18 g; : 49.94 g; : 24.92 g; : 9.2 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE,), sos truskawkowy 100 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.79 kcal; Białko: 40.48 g; Węglowodany : 323.83 g; : 127.71 g; Tłuszcz: 82.87 g; : 34.54 g; : 31.76 g; : 5.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.29 kcal; Białko: 105.54 g; Węglowodany : 284.36 g; : 40.1 g; Tłuszcz: 86.36 g; : 19.54 g; : 27.12 g; : 8.77 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 350 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1514.08 kcal; Białko: 62.66 g; Węglowodany : 244.36 g; : 136.19 g; Tłuszcz: 38.74 g; : 10.68 g; : 32.58 g; : 1.99 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 817.2 kcal; Białko: 19.37 g; Węglowodany : 144.1 g; : 112.01 g; Tłuszcz: 21.88 g; : 12.39 g; : 17.29 g; : .82 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser żółty 60 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.6 kcal; Białko: 111 g; Węglowodany : 283.86 g; : 67.39 g; Tłuszcz: 87.69 g; : 40.41 g; : 39.33 g; : 8.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (<u>RYB</u> , <u>GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.36 kcal; Białko: 98.87 g; Węglowodany : 317.91 g; : 70.07 g; Tłuszcz: 74.87 g; : 18.13 g; : 34.77 g; : 8.11 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.29 kcal; Białko: 104.61 g; Węglowodany : 282.54 g; : 39.9 g; Tłuszcz: 86.25 g; : 19.52 g; : 26.51 g; : 7.63 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser żółty 80 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 60 g , salata warzywna 200 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.32 kcal; Białko: 51.14 g; Węglowodany : 286.58 g; : 94.39 g; Tłuszcz: 97.18 g; : 44.14 g; : 28.56 g; : 6.65 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 60 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwiniowy 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1413.35 kcal; Białko: 59.35 g; Węglowodany : 152.9 g; : 29.27 g; Tłuszcz: 65.81 g; : 33.51 g; : 14.07 g; : 4.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (<u>RYB, GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.79 kcal; Białko: 107.4 g; Węglowodany : 299.46 g; : 67.25 g; Tłuszcz: 77.1 g; : 18.53 g; : 40.85 g; : 8.44 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; : 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; : 36.05 g; : 17.53 g; : 7.03 g;

czwartek 2024-02-01		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 , salata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 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 gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1739.59 kcal; Białko: 71.61 g; Węglowodany : 229.57 g; : 73.77 g; Tłuszcz: 71.89 g; : 24.51 g; : 27.58 g; : 7.09 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 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 gotowana 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.7 kcal; Białko: 84.41 g; Węglowodany : 258.96 g; : 70.65 g; Tłuszcz: 99.54 g; : 45.1 g; : 26.9 g; : 8.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.2 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 245.38 g; : 70.52 g; Tłuszcz: 99.19 g; : 45.03 g; : 26.22 g; : 8.21 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.65 kcal; Białko: 78.25 g; Węglowodany : 246.47 g; : 70.63 g; Tłuszcz: 90.92 g; : 39.53 g; : 28.29 g; : 8.03 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.85 kcal; Białko: 77.1 g; Węglowodany : 235.28 g; : 70.41 g; Tłuszcz: 98.91 g; : 44.94 g; : 27.45 g; : 7.84 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.69 kcal; Białko: 73.27 g; Węglowodany : 241.53 g; : 74.1 g; Tłuszcz: 88.85 g; : 35.55 g; : 28.41 g; : 7.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.68 kcal; Białko: 56.24 g; Węglowodany : 227.8 g; : 77.64 g; Tłuszcz: 131.23 g; : 61.32 g; : 23.78 g; : 5.99 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.74 kcal; Białko: 76.39 g; Węglowodany : 230.37 g; : 73.53 g; Tłuszcz: 97.62 g; : 41.1 g; : 33.18 g; : 7.48 g;

czwartek 2024-02-01 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 marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.19 kcal; Białko: 77.75 g; Węglowodany : 239.46 g; : 72.67 g; Tłuszcz: 96.68 g; : 22.91 g; : 34.8 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	dżem brzoskwinowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 111.98 kcal; Białko: .76 g; Węglowodany : 21.61 g; : 17.83 g; Tłuszcz: 2.7 g; : 1.73 g; : .83 g; : .19 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.09 kcal; Białko: 44.89 g; Węglowodany : 247.64 g; : 76.2 g; Tłuszcz: 147.37 g; : 70.14 g; : 25.53 g; : 4.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.55 kcal; Białko: 76.62 g; Węglowodany : 233.33 g ; 69.58 g; Tłuszcz: 97.36 g ; 23.03 g ; 26.43 g ; : 8.02 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1739.59 kcal; Białko: 71.61 g; Węglowodany : 229.57 g ; 73.77 g; Tłuszcz: 71.89 g ; 24.51 g ; 27.58 g ; : 7.09 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.7 kcal; Białko: 84.41 g; Węglowodany : 258.96 g ; 70.65 g; Tłuszcz: 99.54 g ; 45.1 g ; 26.9 g ; : 8.49 g;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.2 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 245.38 g ; 70.52 g; Tłuszcz: 99.19 g ; 45.03 g ; 26.22 g ; : 8.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.65 kcal; Białko: 78.25 g; Węglowodany : 246.47 g; : 70.63 g; Tłuszcz: 90.92 g; : 39.53 g; : 28.29 g; : 8.03 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.85 kcal; Białko: 77.1 g; Węglowodany : 235.28 g; : 70.41 g; Tłuszcz: 98.91 g; : 44.94 g; : 27.45 g; : 7.84 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.69 kcal; Białko: 73.27 g; Węglowodany : 241.53 g; : 74.1 g; Tłuszcz: 88.85 g; : 35.55 g; : 28.41 g; : 7.43 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.68 kcal; Białko: 56.24 g; Węglowodany : 227.8 g; : 77.64 g; Tłuszcz: 131.23 g; : 61.32 g; : 23.78 g; : 5.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.74 kcal; Białko: 76.39 g; Węglowodany : 230.37 g ; : 73.53 g; Tłuszcz: 97.62 g ; : 41.1 g ; : 33.18 g ; : 7.48 g;

czwartek 2024-02-01		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 marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.19 kcal; Białko: 77.75 g; Węglowodany : 239.46 g ; : 72.67 g; Tłuszcz: 96.68 g ; : 22.91 g ; : 34.8 g ; : 7.85 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	dżem brzoskwiniowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 111.98 kcal; Białko: .76 g; Węglowodany : 21.61 g ; : 17.83 g; Tłuszcz: 2.7 g ; : 1.73 g ; : .83 g ; : .19 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczona cukinia 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.09 kcal; Białko: 44.89 g; Węglowodany : 247.64 g ; : 76.2 g; Tłuszcz: 147.37 g ; : 70.14 g ; : 25.53 g ; : 4.33 g;

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.55 kcal; Białko: 76.62 g; Węglowodany : 233.33 g ; : 69.58 g; Tłuszcz: 97.36 g ; : 23.03 g ; : 26.43 g ; : 8.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB, MIE</u>), surówka z kapusty białej 150 g (<u>GOR</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.51 kcal; Białko: 84.51 g; Węglowodany : 313.93 g; : 50.82 g; Tłuszcz: 87.34 g; : 29.53 g; : 30.33 g; : 6.57 g;

piątek 2024-02-02		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.36 kcal; Białko: 102.6 g; Węglowodany : 271.19 g; : 47.2 g; Tłuszcz: 87.89 g; : 31.52 g; : 28.02 g; : 7.68 g;

piątek 2024-02-02		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.96 kcal; Białko: 104.68 g; Węglowodany : 283.85 g; : 51.41 g; Tłuszcz: 76.89 g; : 21.24 g; : 31.11 g; : 7.95 g;

piątek 2024-02-02		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.46 kcal; Białko: 99.73 g; Węglowodany : 300.54 g; : 51.32 g; Tłuszcz: 88.33 g; : 31.64 g; : 33.9 g; : 7.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.83 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 287.8 g; : 43.95 g; Tłuszcz: 85.89 g; : 31.22 g; : 32.35 g; : 7.53 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1897.1 kcal; Białko: 79.47 g; Węglowodany : 228.4 g; : 46.75 g; Tłuszcz: 79.87 g; : 31 g; : 27.1 g; : 6.75 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.01 kcal; Białko: 105.22 g; Węglowodany : 264.27 g; : 38.04 g; Tłuszcz: 89.17 g; : 31.9 g; : 29.35 g; : 8 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.31 kcal; Białko: 77.19 g; Węglowodany : 340.75 g; : 102.91 g; Tłuszcz: 80.01 g; : 30.69 g; : 33.18 g; : 6.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.46 kcal; Białko: 96.11 g; Węglowodany : 267.15 g; : 37.03 g; Tłuszcz: 93.39 g; : 19.63 g; : 23.75 g; : 8.2 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1180.94 kcal; Białko: 54.94 g; Węglowodany : 183.29 g; : 75.19 g; Tłuszcz: 29.92 g; : 8.55 g; : 20.74 g; : 2.14 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 858.64 kcal; Białko: 27.9 g; Węglowodany : 150.41 g; : 110.22 g; Tłuszcz: 19.92 g; : 6.81 g; : 17.46 g; : 1.01 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,), serek granii 100 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.41 kcal; Białko: 110.12 g; Węglowodany : 259.82 g; : 47.95 g; Tłuszcz: 91.59 g; : 30.96 g; : 37.4 g; : 8.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.93 kcal; Białko: 92.78 g; Węglowodany : 276.23 g; : 48 g; Tłuszcz: 98.69 g; : 19.53 g; : 30.33 g; : 8.55 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.51 kcal; Białko: 100.87 g; Węglowodany : 307.22 g; : 50.54 g; Tłuszcz: 105.44 g; : 19.55 g; : 25.66 g; : 8.31 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), serek grani 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	surówka z kapusty białej 150 g (<u>GOR</u>), kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.91 kcal; Białko: 64.42 g; Węglowodany : 326.16 g; : 86.81 g; Tłuszcz: 88.62 g; : 32.04 g; : 30.74 g; : 4.71 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.01 kcal; Białko: 88.16 g; Węglowodany : 264.55 g; : 64.19 g; Tłuszcz: 65.93 g; : 20.5 g; : 27.28 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.71 kcal; Białko: 94.68 g; Węglowodany : 291.55 g; : 81.13 g; Tłuszcz: 84.35 g; : 16.02 g; : 37.4 g; : 8.11 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.96 kcal; Białko: 94.13 g; Węglowodany : 337.2 g; : 103.76 g; Tłuszcz: 72.04 g; : 21.28 g; : 32.31 g; : 7.95 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb bałtonowski 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb bałtonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.51 kcal; Białko: 85.3 g; Węglowodany : 250.97 g; : 56.48 g; Tłuszcz: 77.21 g; : 22.97 g; : 31.75 g; : 6.47 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko: 91.99 g; Węglowodany : 267.84 g; : 53.22 g; Tłuszcz: 104.33 g; : 43.01 g; : 29.48 g; : 7.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), masło 30 g (MLE , <u> </u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), masło 30 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.26 kcal; Białko: 89.86 g; Węglowodany : 254.26 g; : 53.09 g; Tłuszcz: 103.98 g; : 42.94 g; : 28.81 g; : 7.4 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 30 g (MLE , <u> </u>), szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.66 kcal; Białko: 85.86 g; Węglowodany : 255.55 g; : 53.34 g; Tłuszcz: 95.72 g; : 37.44 g; : 30.94 g; : 7.22 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 30 g (MLE , <u> </u>), szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 30 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.86 kcal; Białko: 84.71 g; Węglowodany : 244.36 g; : 53.12 g; Tłuszcz: 103.71 g; : 42.85 g; : 30.1 g; : 7.02 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko: 85.78 g; Węglowodany : 251.48 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 93.57 g; : 33.93 g; : 31.06 g; : 6.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.23 kcal; Białko: 60.93 g; Węglowodany : 263.98 g; : 62.73 g; Tłuszcz: 138.18 g; : 60.35 g; : 30.08 g; : 6.87 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko: 88.9 g; Węglowodany : 240.31 g; : 56.24 g; Tłuszcz: 102.34 g; : 39.49 g; : 35.83 g; : 6.85 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.51 kcal; Białko: 90.26 g; Węglowodany : 249.4 g; : 55.38 g; Tłuszcz: 101.4 g; : 21.29 g; : 37.45 g; : 7.22 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 35.98 kcal; Białko: .61 g; Węglowodany : 2.66 g; : .38 g; Tłuszcz: 2.65 g; : 1.71 g; : .43 g; : .19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), ser żółty 60 g (MLE,), pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.49 kcal; Białko: 64.42 g; Węglowodany : 243.26 g ; 61.23 g; Tłuszcz: 154.82 g ; 69.66 g ; 28.21 g ; 6.04 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.56 kcal; Białko: 84.23 g; Węglowodany : 242.41 g ; 52.29 g; Tłuszcz: 102.16 g ; 20.94 g ; 29.08 g ; 7.2 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.51 kcal; Białko: 85.3 g; Węglowodany : 250.97 g ; 56.48 g; Tłuszcz: 77.21 g ; 22.97 g ; 31.75 g ; 6.47 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko: 91.99 g; Węglowodany : 267.84 g ; 53.22 g; Tłuszcz: 104.33 g ; 43.01 g ; 29.48 g ; 7.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.26 kcal; Białko: 89.86 g; Węglowodany : 254.26 g; : 53.09 g; Tłuszcz: 103.98 g; : 42.94 g; : 28.81 g; : 7.4 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.66 kcal; Białko: 85.86 g; Węglowodany : 255.55 g; : 53.34 g; Tłuszcz: 95.72 g; : 37.44 g; : 30.94 g; : 7.22 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.86 kcal; Białko: 84.71 g; Węglowodany : 244.36 g; : 53.12 g; Tłuszcz: 103.71 g; : 42.85 g; : 30.1 g; : 7.02 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 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>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko: 85.78 g; Węglowodany : 251.48 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 93.57 g; : 33.93 g; : 31.06 g; : 6.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.23 kcal; Białko: 60.93 g; Węglowodany : 263.98 g; : 62.73 g; Tłuszcz: 138.18 g; : 60.35 g; : 30.08 g; : 6.87 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko: 88.9 g; Węglowodany : 240.31 g; : 56.24 g; Tłuszcz: 102.34 g; : 39.49 g; : 35.83 g; : 6.85 g;

piątek 2024-02-02		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.51 kcal; Białko: 90.26 g; Węglowodany : 249.4 g; : 55.38 g; Tłuszcz: 101.4 g; : 21.29 g; : 37.45 g; : 7.22 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 35.98 kcal; Białko: .61 g; Węglowodany : 2.66 g; : .38 g; Tłuszcz: 2.65 g; : 1.71 g; : .43 g; : .19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), ser żółty 60 g (MLE,), pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.49 kcal; Białko: 64.42 g; Węglowodany : 243.26 g; : 61.23 g; Tłuszcz: 154.82 g; : 69.66 g; : 28.21 g; : 6.04 g;

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.56 kcal; Białko: 84.23 g; Węglowodany : 242.41 g; : 52.29 g; Tłuszcz: 102.16 g; : 20.94 g; : 29.08 g; : 7.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2369.28 kcal; Białko: 84.11 g; Węglowodany : 337.65 g; : 103.39 g; Tłuszcz: 83.61 g; : 31.92 g; : 36.47 g; : 9.54 g;		
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.43 kcal; Białko: 99.68 g; Węglowodany : 342.43 g; : 100.86 g; Tłuszcz: 89.25 g; : 33.74 g; : 32.09 g; : 9.04 g;		
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 200 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.46 kcal; Białko: 97.95 g; Węglowodany : 353.16 g; : 104.77 g; Tłuszcz: 77.22 g; : 23.03 g; : 34.08 g; : 8.9 g;		
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2487.24 kcal; Białko: 91.78 g; Węglowodany : 356.89 g; : 88.84 g; Tłuszcz: 85.63 g; : 32.68 g; : 39.08 g; : 8.82 g;		
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.67 kcal; Białko: 84.89 g; Węglowodany : 358.27 g; : 95.23 g; Tłuszcz: 77.6 g; : 30.31 g; : 36.76 g; : 8.5 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 10 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), kasza jaglana 100 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.85 kcal; Białko: 78.86 g; Węglowodany : 298.28 g; : 97.3 g; Tłuszcz: 61.39 g; : 19.66 g; : 30.55 g; : 7.62 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.21 kcal; Białko: 102.17 g; Węglowodany : 291.1 g; : 85.07 g; Tłuszcz: 90.98 g; : 34.9 g; : 28.1 g; : 9.64 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 150 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.26 kcal; Białko: 74.78 g; Węglowodany : 391.64 g; : 135.89 g; Tłuszcz: 81.14 g; : 30.31 g; : 36.19 g; : 7.35 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , chrupki kukurydziane 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.15 kcal; Białko: 102.4 g; Węglowodany : 280.71 g; : 51.76 g; Tłuszcz: 90.99 g; : 16.27 g; : 20.6 g; : 6.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.16 kcal; Białko: 63.4 g; Węglowodany : 213.64 g; : 102.72 g; Tłuszcz: 40.53 g; : 7.85 g; : 22.41 g; : 1.53 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 marchewkowa krem BM 400 g (<u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 861.58 kcal; Białko: 21.14 g; Węglowodany : 153.14 g; : 112.04 g; Tłuszcz: 22.43 g; : 6.62 g; : 19.49 g; : .98 g;

sobota 2024-02-03 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: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), kasza gryczana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> ,), pieczona cukinia 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.62 kcal; Białko: 92.82 g; Węglowodany : 303.51 g; : 99.8 g; Tłuszcz: 90.53 g; : 32.17 g; : 39.8 g; : 8.9 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), kasza gryczana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> ,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.33 kcal; Białko: 87.57 g; Węglowodany : 324.85 g; : 100.85 g; Tłuszcz: 82.52 g; : 16.83 g; : 33.47 g; : 8.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL , <u> </u>), kasza jaglana 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , chrupki kukurydziane 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2386.38 kcal; Białko: 101.76 g; Węglowodany : 309.42 g; : 95.57 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 17.56 g; : 21.13 g; : 5.86 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), pasta twarogowo-buraczana 100 g (MLE , <u> </u>), pomidor 100 g , ser żółty 60 g (MLE , <u> </u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , <u> </u>), kasza gryczana 150 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g (SEL , <u> </u>), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.7 kcal; Białko: 62.16 g; Węglowodany : 348.55 g; : 132.2 g; Tłuszcz: 90.22 g; : 38.26 g; : 36.65 g; : 5.93 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.81 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 302.94 g; : 96.79 g; Tłuszcz: 60.63 g; : 18.83 g; : 28.67 g; : 6.13 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , <u> </u>), kasza gryczana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL , <u> </u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2509.28 kcal; Białko: 90.27 g; Węglowodany : 332.58 g; : 131.75 g; Tłuszcz: 98.95 g; : 20.52 g; : 38.99 g; : 8.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , ₁), kasza jaglana 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL , ₁), pieczona cukinia 250 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), dżem brzoskwinowy 100 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2513.83 kcal; Białko: 98.01 g; Węglowodany : 371.39 g; : 121.29 g; Tłuszcz: 78.25 g; : 21.97 g; : 34.82 g; : 9.2 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU , ₁), chleb baltonowski 40 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , ₁), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL , ₁), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , ₁), chleb baltonowski 40 g (GLU , ₁), masło 10 g (MLE , ₁), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.85 kcal; Białko: 77.32 g; Węglowodany : 336.43 g; : 134.11 g; Tłuszcz: 73.22 g; : 22.27 g; : 35.16 g; : 6.93 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , ₁), masło 30 g (MLE , ₁), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , ₁), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL , ₁), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , ₁), masło 30 g (MLE , ₁), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.16 kcal; Białko: 89.37 g; Węglowodany : 332.38 g; : 99.3 g; Tłuszcz: 99.75 g; : 42.28 g; : 31.68 g; : 8.33 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , ₁), masło 30 g (MLE , ₁), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL , ₁), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL , ₁), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU , ₁), masło 30 g (MLE , ₁), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.66 kcal; Białko: 87.24 g; Węglowodany : 318.81 g; : 99.18 g; Tłuszcz: 99.4 g; : 42.2 g; : 31 g; : 8.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2368.11 kcal; Białko: 83.2 g; Węglowodany : 319.89 g; : 99.29 g; Tłuszcz: 91.13 g; : 36.71 g; : 33.07 g; : 7.87 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.31 kcal; Białko: 82.05 g; Węglowodany : 308.7 g; : 99.07 g; Tłuszcz: 99.12 g; : 42.12 g; : 32.23 g; : 7.67 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.15 kcal; Białko: 78.22 g; Węglowodany : 314.96 g; : 102.76 g; Tłuszcz: 89.06 g; : 32.72 g; : 33.19 g; : 7.26 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2577.14 kcal; Białko: 61.19 g; Węglowodany : 301.22 g; : 106.3 g; Tłuszcz: 131.44 g; : 58.5 g; : 28.56 g; : 5.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.2 kcal; Białko: 81.34 g; Węglowodany : 303.79 g; : 102.19 g; Tłuszcz: 97.83 g; : 38.28 g; : 37.96 g; : 7.32 g;

sobota 2024-02-03		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 marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.65 kcal; Białko: 82.7 g; Węglowodany : 312.88 g; : 101.33 g; Tłuszcz: 96.89 g; : 20.08 g; : 39.58 g; : 7.69 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		dżem brzoskwiniowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 76 kcal; Białko: .15 g; Węglowodany : 18.95 g; : 17.45 g; Tłuszcz: .05 g; : .02 g; : 4 g; : 0 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb bałtonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczona cukinia 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb bałtonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2528.89 kcal; Białko: 45.65 g; Węglowodany : 281.08 g; : 107.88 g; Tłuszcz: 148.49 g; : 70.72 g; : 28.33 g; : 4.33 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU), chleb bałtonowski 60 g (GLU), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bałtonowski 70 g (GLU), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371.01 kcal; Białko: 81.57 g; Węglowodany : 306.76 g; : 98.24 g; Tłuszcz: 97.57 g; : 20.2 g; : 31.21 g; : 7.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.85 kcal; Białko: 77.32 g; Węglowodany : 336.43 g; : 134.11 g; Tłuszcz: 73.22 g; : 22.27 g; : 35.16 g; : 6.93 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.16 kcal; Białko: 89.37 g; Węglowodany : 332.38 g; : 99.3 g; Tłuszcz: 99.75 g; : 42.28 g; : 31.68 g; : 8.33 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.66 kcal; Białko: 87.24 g; Węglowodany : 318.81 g; : 99.18 g; Tłuszcz: 99.4 g; : 42.2 g; : 31 g; : 8.05 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2368.11 kcal; Białko: 83.2 g; Węglowodany : 319.89 g; : 99.29 g; Tłuszcz: 91.13 g; : 36.71 g; : 33.07 g; : 7.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.31 kcal; Białko: 82.05 g; Węglowodany : 308.7 g; : 99.07 g; Tłuszcz: 99.12 g; : 42.12 g; : 32.23 g; : 7.67 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.15 kcal; Białko: 78.22 g; Węglowodany : 314.96 g; : 102.76 g; Tłuszcz: 89.06 g; : 32.72 g; : 33.19 g; : 7.26 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2577.14 kcal; Białko: 61.19 g; Węglowodany : 301.22 g; : 106.3 g; Tłuszcz: 131.44 g; : 58.5 g; : 28.56 g; : 5.83 g;

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.2 kcal; Białko: 81.34 g; Węglowodany : 303.79 g; : 102.19 g; Tłuszcz: 97.83 g; : 38.28 g; : 37.96 g; : 7.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03 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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.65 kcal; Białko: 82.7 g; Węglowodany : 312.88 g; : 101.33 g; Tłuszcz: 96.89 g; : 20.08 g; : 39.58 g; : 7.69 g;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
		dżem brzoskwiniowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 76 kcal; Białko: .15 g; Węglowodany : 18.95 g; : 17.45 g; Tłuszcz: .05 g; : .02 g; : 4 g; : 0 g;

sobota 2024-02-03 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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczona cukinia 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 fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2528.89 kcal; Białko: 45.65 g; Węglowodany : 281.08 g; : 107.88 g; Tłuszcz: 148.49 g; : 70.72 g; : 28.33 g; : 4.33 g;

sobota 2024-02-03 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 wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , kasza jaglana 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371.01 kcal; Białko: 81.57 g; Węglowodany : 306.76 g; : 98.24 g; Tłuszcz: 97.57 g; : 20.2 g; : 31.21 g; : 7.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.3 kcal; Białko: 103.32 g; Węglowodany : 292.25 g; : 59.94 g; Tłuszcz: 92.74 g; : 43.1 g; : 33.23 g; : 7.19 g;		
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2342.23 kcal; Białko: 111.3 g; Węglowodany : 292.94 g; : 69.08 g; Tłuszcz: 91.86 g; : 42.33 g; : 22.39 g; : 8.28 g;		
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.73 kcal; Białko: 105.34 g; Węglowodany : 320.16 g; : 88.76 g; Tłuszcz: 78.58 g; : 31.32 g; : 24.06 g; : 7.7 g;		
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2290.24 kcal; Białko: 112.39 g; Węglowodany : 301.27 g; : 65.66 g; Tłuszcz: 78.92 g; : 40.82 g; : 37.72 g; : 8.57 g;		
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.12 kcal; Białko: 106.15 g; Węglowodany : 276.29 g; : 44.79 g; Tłuszcz: 83.74 g; : 43.07 g; : 34.36 g; : 6.86 g;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 100 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 100 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.05 kcal; Białko: 92.1 g; Węglowodany : 228.82 g; : 59.01 g; Tłuszcz: 72.42 g; : 37.46 g; : 29.07 g; : 5.05 g;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , schab gotowany II danie 200 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.32 kcal; Białko: 141.61 g; Węglowodany : 249.3 g; : 35.14 g; Tłuszcz: 86.58 g; : 45.32 g; : 24.06 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2289.79 kcal; Białko: 88.41 g; Węglowodany : 327.36 g; : 101.79 g; Tłuszcz: 83.17 g; : 39.73 g; : 32.82 g; : 6.52 g;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.59 kcal; Białko: 114.29 g; Węglowodany : 274.42 g; : 47.54 g; Tłuszcz: 91.62 g; : 23.38 g; : 23.87 g; : 8.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa dyniowa 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u> ,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.09 kcal; Białko: 72.16 g; Węglowodany : 222.2 g; : 118.41 g; Tłuszcz: 40.47 g; : 20.38 g; : 18.47 g; : 2.99 g;

niedziela 2024-02-04			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 dyniowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 841.13 kcal; Białko: 19.73 g; Węglowodany : 146.34 g; : 112.74 g; Tłuszcz: 23.5 g; : 13.41 g; : 17.78 g; : .87 g;

niedziela 2024-02-04			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: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u> ,), ryż brązowy 200 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u> , ,), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,			
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.64 kcal; Białko: 112.58 g; Węglowodany : 261.93 g; : 51.55 g; Tłuszcz: 77.24 g; : 31.32 g; : 37.97 g; : 7.64 g;

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u> ,), ryż brązowy 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u> , ,), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,			
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.97 kcal; Białko: 108.24 g; Węglowodany : 276.1 g; : 53.85 g; Tłuszcz: 91.45 g; : 20.23 g; : 30.91 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL , <u> </u>), ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL , <u> </u>), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU , JAJ , MLE , <u> </u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.54 kcal; Białko: 116.19 g; Węglowodany : 316.88 g; : 45.43 g; Tłuszcz: 76.91 g; : 31.08 g; : 23.83 g; : 8.12 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), jajko gotowane 1 szt , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU , <u> </u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL , <u> </u>),	chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), sałata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE , <u> </u>), chleb baltonowski 60 g (GLU , <u> </u>),	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.42 kcal; Białko: 65.29 g; Węglowodany : 329.59 g; : 59.43 g; Tłuszcz: 87.47 g; : 40.45 g; : 33.8 g; : 7.17 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 75 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 150 g (MLE , SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie 60 g (SEL , <u> </u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 75 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1658.51 kcal; Białko: 75.7 g; Węglowodany : 228.62 g; : 59.34 g; Tłuszcz: 60.02 g; : 24.08 g; : 22.08 g; : 6.18 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL , <u> </u>), ryż brązowy 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL , <u> </u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.84 kcal; Białko: 112.74 g; Węglowodany : 263.36 g; : 52.17 g; Tłuszcz: 92.3 g; : 20.38 g; : 38.83 g; : 7.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,			
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.26 kcal; Białko: 114.49 g; Węglowodany : 296.62 g; : 65.76 g; Tłuszcz: 87.1 g; : 27 g; : 31.47 g; : 8.77 g;

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (GLU,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), salata maslowa 20 g ,			
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1683.96 kcal; Białko: 86.4 g; Węglowodany : 203.15 g; : 59.87 g; Tłuszcz: 74.68 g; : 28.37 g; : 28.83 g; : 4.42 g;

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczerek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1661.41 kcal; Białko: 96.2 g; Węglowodany : 202.91 g; : 72.47 g; Tłuszcz: 56.75 g; : 28.57 g; : 22.85 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-02-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczerek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1643.2 kcal; Białko: 95.85 g; Węglowodany : 200.16 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 55.94 g; : 28.07 g; : 22.11 g; : 6.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (GLU,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1560.51 kcal; Białko: 91.29 g; Węglowodany : 185.12 g; : 58.72 g; Tłuszcz: 63.03 g; : 28.88 g; : 26.5 g; : 4.83 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1688.57 kcal; Białko: 93.84 g; Węglowodany : 213.78 g; : 55.19 g; Tłuszcz: 63.56 g; : 30.63 g; : 27.33 g; : 5.02 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (GLU,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 70 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1643.29 kcal; Białko: 91.34 g; Węglowodany : 181.59 g; : 79.33 g; Tłuszcz: 75.23 g; : 33.28 g; : 25.8 g; : 3.95 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 250 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (GLU,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 100 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1642.8 kcal; Białko: 83.43 g; Węglowodany : 200.78 g; : 61.41 g; Tłuszcz: 71.47 g; : 29.16 g; : 29.16 g; : 4.3 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 20 g (MLE), sałatka jarzynowa 70 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.14 kcal; Białko: 85.4 g; Węglowodany : 208.13 g; : 61.83 g; Tłuszcz: 65.16 g; : 25.53 g; : 33.47 g; : 3.88 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , margaryna 10 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , margaryna 10 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: 1510.16 kcal; Białko: 94.16 g; Węglowodany : 196.75 g; : 59.88 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 10.82 g; : 31.64 g; : 5.64 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml BC 200 g , ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), masło 10 g (MLE), 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: 1688.57 kcal; Białko: 93.84 g; Węglowodany : 213.78 g; : 55.19 g; Tłuszcz: 63.56 g; : 30.63 g; : 27.33 g; : 5.02 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 10 g (MLE), sałatka jarzynowa 70 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1648.42 kcal; Białko: 51.38 g; Węglowodany : 253.51 g; : 63.45 g; Tłuszcz: 64.11 g; : 28.13 g; : 32.39 g; : 4.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 220 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 10 g , salátka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1661.14 kcal; Białko: 82.37 g; Węglowodany : 229.02 g; : 63.63 g; Tłuszcz: 60.06 g; : 16.32 g; : 28.1 g; : 4.42 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU,), schab gotowany II danie 100 g (SEL,), gotowany brokuł 50 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), salátka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), salata maslowa 20 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 50 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 976.64 kcal; Białko: 62.71 g; Węglowodany : 109.46 g; : 37.52 g; Tłuszcz: 43.22 g; : 17.52 g; : 15.62 g; : 2.6 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa dyniowa 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab gotowany II danie 100 g (SEL,), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 30 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1087.41 kcal; Białko: 66.54 g; Węglowodany : 132.99 g; : 58.52 g; Tłuszcz: 35.54 g; : 17.54 g; : 15.14 g; : 3.97 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa dyniowa 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab gotowany II danie 100 g (SEL,), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 30 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1090.59 kcal; Białko: 66.57 g; Węglowodany : 133.93 g; : 59.42 g; Tłuszcz: 35.51 g; : 17.53 g; : 15.28 g; : 3.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 50 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1070.09 kcal; Białko: 74.56 g; Węglowodany : 118.63 g; : 46.82 g; Tłuszcz: 43.68 g; : 19.9 g; : 17.92 g; : 3.31 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 100 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1092.78 kcal; Białko: 76.18 g; Węglowodany : 119.02 g; : 45.66 g; Tłuszcz: 45.58 g; : 20.12 g; : 19.3 g; : 3.38 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml (MLE), salata masłowa 10 g , chleb razowy 30 g (GLU),	zupa dyniowa 100 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), sałatka jarzynowa 30 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1124.68 kcal; Białko: 75.55 g; Węglowodany : 128.35 g; : 56.24 g; Tłuszcz: 45.6 g; : 19.55 g; : 17.63 g; : 2.79 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1081.09 kcal; Białko: 70.46 g; Węglowodany : 124.13 g; : 47.73 g; Tłuszcz: 45.53 g; : 18.51 g; : 18.68 g; : 2.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 150 g (SEL), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 50 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 5 g (MLE), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1075.47 kcal; Białko: 71.5 g; Węglowodany : 132.78 g; : 54.84 g; Tłuszcz: 41.24 g; : 13.61 g; : 22.1 g; : 2.62 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , szynka drobiowa z kurczaka 30 g , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 150 g (SEL), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1057.15 kcal; Białko: 71.97 g; Węglowodany : 130.24 g; : 56.18 g; Tłuszcz: 32.67 g; : 7.68 g; : 23.6 g; : 3.36 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), schab gotowany II danie 120 g (SEL), gotowany brokuł 150 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), 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: 1095 kcal; Białko: 77.37 g; Węglowodany : 120.03 g; : 46.67 g; Tłuszcz: 45.06 g; : 18.79 g; : 20.37 g; : 3.13 g;

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa dyniowa 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU), gotowany brokuł 50 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 5 g (MLE), sałatka jarzynowa 30 g (SEL, GOR), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1048.76 kcal; Białko: 36.8 g; Węglowodany : 165.41 g; : 51.56 g; Tłuszcz: 39.89 g; : 17.32 g; : 21.28 g; : 2.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), margaryna 5 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa dyniowa bg/bm 150 g (SEL,), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 100 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 5 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1086.16 kcal; Białko: 71.6 g; Węglowodany : 128.28 g; : 48.7 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 10.31 g; : 20.1 g; : 2.68 g;