

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE</u>), 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>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.57 kcal; Białko: 66.62 g; Węglowodany : 284.35 g; : 97.58 g; Tłuszcz: 116.79 g; : 50.3 g; : 25.88 g; : 7.53 g; | | |
| poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | 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: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.84 kcal; Białko: 73.3 g; Węglowodany : 238.27 g; : 72.5 g; Tłuszcz: 108.75 g; : 49.74 g; : 19.53 g; : 7.28 g; | | |
| poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (<u>MLE</u>), | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1964.07 kcal; Białko: 69.51 g; Węglowodany : 240.38 g; : 74.06 g; Tłuszcz: 91.48 g; : 38.46 g; : 20.25 g; : 6.92 g; | | |
| poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (<u>MLE</u>), | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE</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 , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g , | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.96 kcal; Białko: 57.93 g; Węglowodany : 245.49 g; : 92.74 g; Tłuszcz: 104.68 g; : 47.53 g; : 26.5 g; : 5.99 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 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 , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g , | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.4 kcal; Białko: 94.39 g; Węglowodany : 279.23 g; : 72.64 g; Tłuszcz: 61.88 g; : 27.62 g; : 30.89 g; : 6.33 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 40 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.84 kcal; Białko: 40.96 g; Węglowodany : 167.34 g; : 59.81 g; Tłuszcz: 97.95 g; : 45.36 g; : 17.36 g; : 4.45 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 100 g (<u>MLE</u>), | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , | 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 , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.68 kcal; Białko: 112.46 g; Węglowodany : 257.24 g; : 67.03 g; Tłuszcz: 75.44 g; : 33.73 g; : 27.03 g; : 7.35 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 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>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.37 kcal; Białko: 48.61 g; Węglowodany : 312.97 g; : 125.36 g; Tłuszcz: 100.7 g; : 46.35 g; : 24.99 g; : 5.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.8 kcal; Białko: 106.23 g; Węglowodany : 268.96 g; : 39.49 g; Tłuszcz: 78.53 g; : 17.15 g; : 25.35 g; : 7.73 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata |
|---|---|---|
| herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,), | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1125.16 kcal; Białko: 62.8 g; Węglowodany : 190.81 g; : 84.08 g; Tłuszcz: 16.65 g; : 5.88 g; : 19.99 g; : 2.24 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (SEL,), | herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 703.45 kcal; Białko: 18.84 g; Węglowodany : 141.08 g; : 111.41 g; Tłuszcz: 10.95 g; : 5.3 g; : 17.97 g; : .98 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g (MLE,), | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.01 kcal; Białko: 116.2 g; Węglowodany : 275.19 g; : 64.22 g; Tłuszcz: 71.98 g; : 31.99 g; : 35.74 g; : 7.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: jablko 150 g , | Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.3 kcal; Białko: 103.5 g; Węglowodany : 308.06 g; : 67.8 g; Tłuszcz: 79.43 g; : 17.29 g; : 35.09 g; : 7.77 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryzowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.99 kcal; Białko: 109.48 g; Węglowodany : 292.28 g; : 51.6 g; Tłuszcz: 74.01 g; : 14.78 g; : 25.86 g; : 7.63 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pasta twarogowo-buraczana 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), surówka z marchwi 150 g , | chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.61 kcal; Białko: 37.43 g; Węglowodany : 322.19 g; : 134.58 g; Tłuszcz: 102.2 g; : 46.84 g; : 26.65 g; : 4.22 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Roczna |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1373.66 kcal; Białko: 85.24 g; Węglowodany : 191.6 g; : 56.05 g; Tłuszcz: 34.05 g; : 16 g; : 19.88 g; : 5.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.75 kcal; Białko: 108.41 g; Węglowodany : 305.55 g; : 89.53 g; Tłuszcz: 73.93 g; : 14.8 g; : 35.53 g; : 7.69 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 10 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , | sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 10 g (MLE), dżem brzoskwiniowy 150 g , szynka gotowana 60 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.87 kcal; Białko: 64.49 g; Węglowodany : 293.09 g; : 123.18 g; Tłuszcz: 86.62 g; : 36.49 g; : 20.79 g; : 6.74 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.87 kcal; Białko: 54.71 g; Węglowodany : 219.53 g; : 92.39 g; Tłuszcz: 94.61 g; : 39.48 g; : 19.83 g; : 5.34 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.57 kcal; Białko: 62.98 g; Węglowodany : 228.23 g; : 70.95 g; Tłuszcz: 119.25 g; : 58.28 g; : 19.11 g; : 6.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.07 kcal; Białko: 60.85 g; Węglowodany : 214.65 g; : 70.82 g; Tłuszcz: 118.9 g; : 58.21 g; : 18.44 g; : 6.29 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1987.52 kcal; Białko: 56.81 g; Węglowodany : 215.74 g; : 70.93 g; Tłuszcz: 110.63 g; : 52.71 g; : 20.51 g; : 6.11 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.72 kcal; Białko: 55.66 g; Węglowodany : 204.55 g; : 70.71 g; Tłuszcz: 118.62 g; : 58.12 g; : 19.67 g; : 5.91 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.56 kcal; Białko: 51.83 g; Węglowodany : 210.8 g; : 74.4 g; Tłuszcz: 108.56 g; : 48.73 g; : 20.63 g; : 5.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.2 kcal; Białko: 56.52 g; Węglowodany : 221.09 g; : 76.88 g; Tłuszcz: 158.06 g; : 75.93 g; : 20.17 g; : 6.29 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.61 kcal; Białko: 54.95 g; Węglowodany : 199.64 g; : 73.83 g; Tłuszcz: 117.33 g; : 54.28 g; : 25.4 g; : 5.56 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.06 kcal; Białko: 56.31 g; Węglowodany : 208.73 g; : 72.97 g; Tłuszcz: 116.39 g; : 36.09 g; : 27.02 g; : 5.93 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), gotowana marchewka juniorka 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.93 kcal; Białko: 47.14 g; Węglowodany : 233.85 g; : 68.38 g; Tłuszcz: 140.86 g; : 70.84 g; : 21.92 g; : 4.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u>), 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1990.42 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 202.6 g; : 69.88 g; Tłuszcz: 117.07 g; : 36.21 g; : 18.65 g; : 6.09 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <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 , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.87 kcal; Białko: 54.71 g; Węglowodany : 219.53 g; : 92.39 g; Tłuszcz: 94.61 g; : 39.48 g; : 19.83 g; : 5.34 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <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 , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.57 kcal; Białko: 62.98 g; Węglowodany : 228.23 g; : 70.95 g; Tłuszcz: 119.25 g; : 58.28 g; : 19.11 g; : 6.57 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <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 , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.07 kcal; Białko: 60.85 g; Węglowodany : 214.65 g; : 70.82 g; Tłuszcz: 118.9 g; : 58.21 g; : 18.44 g; : 6.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g , | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1987.52 kcal; Białko: 56.81 g; Węglowodany : 215.74 g; : 70.93 g; Tłuszcz: 110.63 g; : 52.71 g; : 20.51 g; : 6.11 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g , | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.72 kcal; Białko: 55.66 g; Węglowodany : 204.55 g; : 70.71 g; Tłuszcz: 118.62 g; : 58.12 g; : 19.67 g; : 5.91 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.56 kcal; Białko: 51.83 g; Węglowodany : 210.8 g; : 74.4 g; Tłuszcz: 108.56 g; : 48.73 g; : 20.63 g; : 5.5 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 wieprzowa 80 g , sałata lodowa 10 g , | zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.2 kcal; Białko: 56.52 g; Węglowodany : 221.09 g; : 76.88 g; Tłuszcz: 158.06 g; : 75.93 g; : 20.17 g; : 6.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.61 kcal; Białko: 54.95 g; Węglowodany : 199.64 g; : 73.83 g; Tłuszcz: 117.33 g; : 54.28 g; : 25.4 g; : 5.56 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.06 kcal; Białko: 56.31 g; Węglowodany : 208.73 g; : 72.97 g; Tłuszcz: 116.39 g; : 36.09 g; : 27.02 g; : 5.93 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , MLE), gotowana marchewka juniorka 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.93 kcal; Białko: 47.14 g; Węglowodany : 233.85 g; : 68.38 g; Tłuszcz: 140.86 g; : 70.84 g; : 21.92 g; : 4.74 g;

| poniedziałek 2024-02-19 | | 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), sos jabłkowo jogurtowy 50 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , pierogi z serem 150 g (GLU , JAJ , 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 , |
| II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE), | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1990.42 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 202.6 g; : 69.88 g; Tłuszcz: 117.07 g; : 36.21 g; : 18.65 g; : 6.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-02-20 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>), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , polędwica drobiowa 40 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: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.31 kcal; Białko: 118.15 g; Węglowodany : 288.35 g; : 66.91 g; Tłuszcz: 87.08 g; : 44.33 g; : 32.41 g; : 8.21 g; | | |
| wtorek 2024-02-20 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 dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza jaglana 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL,</u> ,) , gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), | salata maslowa 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: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2337.99 kcal; Białko: 119.72 g; Węglowodany : 276.17 g; : 75.15 g; Tłuszcz: 88.87 g; : 43.57 g; : 22.13 g; : 8.29 g; | | |
| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza jaglana 150 g , schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL,</u> ,) , gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), | salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 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: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.7 kcal; Białko: 112.91 g; Węglowodany : 297.97 g; : 94.78 g; Tłuszcz: 75.44 g; : 32.54 g; : 23.53 g; : 7.6 g; | | |
| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , salata maslowa 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 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.45 kcal; Białko: 117.05 g; Węglowodany : 250.51 g; : 63.55 g; Tłuszcz: 80.61 g; : 42.33 g; : 29.82 g; : 8.04 g; | | |
| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 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 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta BC 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.99 kcal; Białko: 111.03 g; Węglowodany : 232.26 g ; 46.58 g; Tłuszcz: 84.42 g ; : 43.82 g ; : 29.26 g ; : 6.24 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna | | |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 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 razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1687.96 kcal; Białko: 96.83 g; Węglowodany : 184.59 g ; 57.28 g; Tłuszcz: 74.12 g ; 38.99 g ; : 22.13 g ; : 4.55 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), | kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie 200 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), | herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), | Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.49 kcal; Białko: 141.89 g; Węglowodany : 227.16 g ; 49.28 g; Tłuszcz: 84.72 g ; 44.52 g ; : 24.44 g ; : 8.11 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 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 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.7 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 292.69 g ; 74.24 g; Tłuszcz: 77.79 g ; 41.44 g ; : 32.16 g ; : 7.72 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna | | |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.79 kcal; Białko: 113.44 g; Węglowodany : 268.99 g ; 47.49 g; Tłuszcz: 91.48 g ; : 23.35 g ; : 23.6 g ; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 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 bez selera 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: panacotta 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1522.22 kcal; Białko: 82.1 g; Węglowodany : 209.88 g; : 114.35 g; Tłuszcz: 43.45 g; : 22.17 g; : 17.95 g; : 3.09 g;

| wtorek 2024-02-20 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 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;

| wtorek 2024-02-20 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 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE</u> , <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: panacotta 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.85 kcal; Białko: 119.96 g; Węglowodany : 258.59 g; : 59.12 g; Tłuszcz: 80.23 g; : 38.99 g; : 37.15 g; : 7.71 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna | | |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 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 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta BM 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.47 kcal; Białko: 111.83 g; Węglowodany : 268.84 g; : 51.36 g; Tłuszcz: 80.5 g; : 19.04 g; : 31.05 g; : 7.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.24 kcal; Białko: 116.93 g; Węglowodany : 299.13 g; : 45.3 g; Tłuszcz: 81.77 g; : 31.72 g; : 23.78 g; : 7.96 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska | | |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , ketchup 30 g , | kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g (<u>SEL,</u>), kasza jaglana 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (<u>GLU,</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), | chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.38 kcal; Białko: 74.42 g; Węglowodany : 330.91 g; : 63.99 g; Tłuszcz: 86.43 g; : 42.04 g; : 31.7 g; : 7.23 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Roczna | | |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza jaglana 100 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), | herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1603.95 kcal; Białko: 98.88 g; Węglowodany : 178.73 g; : 62.99 g; Tłuszcz: 58.76 g; : 26.6 g; : 17.5 g; : 6.04 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 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 , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczorek: panacotta BM 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.44 kcal; Białko: 115.86 g; Węglowodany : 247.81 g; : 48.58 g; Tłuszcz: 81.26 g; : 19.16 g; : 37.01 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | | |
|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), ryż brązowy 200 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> ,), | salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , |
| II Śniadanie: pomarańczko 200 g , | Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.77 kcal; Białko: 120.17 g; Węglowodany : 285.48 g; : 71.96 g; Tłuszcz: 78.92 g; : 27.54 g; : 29.38 g; : 8.71 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1736.62 kcal; Białko: 94.75 g; Węglowodany : 200.38 g; : 62.3 g; Tłuszcz: 77.29 g; : 30.12 g; : 25.03 g; : 4.57 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1660.66 kcal; Białko: 101.21 g; Węglowodany : 197.73 g; : 73.98 g; Tłuszcz: 56.75 g; : 28.57 g; : 22.82 g; : 6.19 g;

| wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 10 g (<u>MLE</u> ,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa dyniowa 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 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 , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u> ,), masło 10 g (<u>MLE</u> ,), schab wiśniowy 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g , | Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1642.45 kcal; Białko: 100.86 g; Węglowodany : 194.98 g; : 72.77 g; Tłuszcz: 55.94 g; : 28.07 g; : 22.08 g; : 6.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1613.17 kcal; Białko: 99.64 g; Węglowodany : 182.35 g; : 61.15 g; Tłuszcz: 65.64 g; : 30.63 g; : 22.7 g; : 4.98 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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 , kasza jęczmienna 150 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: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1711.89 kcal; Białko: 101.84 g; Węglowodany : 194.96 g; : 57.72 g; Tłuszcz: 70.47 g; : 32.87 g; : 24.62 g; : 5.12 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1695.95 kcal; Białko: 99.69 g; Węglowodany : 178.82 g; : 81.76 g; Tłuszcz: 77.84 g; : 35.03 g; : 22 g; : 4.1 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1695.46 kcal; Białko: 91.78 g; Węglowodany : 198.01 g; : 63.84 g; Tłuszcz: 74.08 g; : 30.91 g; : 25.36 g; : 4.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1674.8 kcal; Białko: 93.75 g; Węglowodany : 205.36 g; : 64.26 g; Tłuszcz: 67.77 g; : 27.28 g; : 29.67 g; : 4.03 g;

| wtorek 2024-02-20 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1562.82 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 193.98 g; : 62.31 g; Tłuszcz: 47.89 g; : 12.57 g; : 27.84 g; : 5.79 g;

| wtorek 2024-02-20 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 , kasza jęczmienna 150 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 masłowa 20 g , pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1711.89 kcal; Białko: 101.84 g; Węglowodany : 194.96 g; : 57.72 g; Tłuszcz: 70.47 g; : 32.87 g; : 24.62 g; : 5.12 g;

| wtorek 2024-02-20 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1701.08 kcal; Białko: 59.73 g; Węglowodany : 250.74 g; : 65.88 g; Tłuszcz: 66.72 g; : 29.88 g; : 28.59 g; : 4.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g , | zupa dyniowa bg/bm 220 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU,</u>), schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 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 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g , | Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1684.46 kcal; Białko: 90.36 g; Węglowodany : 210.2 g; : 66.16 g; Tłuszcz: 66.97 g; : 18.56 g; : 25.39 g; : 4.52 g;

| wtorek 2024-02-20 | | Jadłospis dla diety: Podstawowa |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g , | zupa dyniowa 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), schab gotowany II danie 100 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), salata maslowa 20 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 50 g , | Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1029.3 kcal; Białko: 71.06 g; Węglowodany : 106.69 g; : 39.95 g; Tłuszcz: 45.83 g; : 19.27 g; : 11.82 g; : 2.75 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1086.66 kcal; Białko: 71.55 g; Węglowodany : 127.81 g; : 60.03 g; Tłuszcz: 35.54 g; : 17.54 g; : 15.11 g; : 3.97 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.84 kcal; Białko: 71.58 g; Węglowodany : 128.75 g; : 60.93 g; Tłuszcz: 35.51 g; : 17.53 g; : 15.25 g; : 3.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1122.75 kcal; Białko: 82.91 g; Węglowodany : 115.86 g; : 49.25 g; Tłuszcz: 46.29 g; : 21.65 g; : 14.12 g; : 3.46 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1145.44 kcal; Białko: 84.53 g; Węglowodany : 116.25 g; : 48.09 g; Tłuszcz: 48.19 g; : 21.87 g; : 15.5 g; : 3.53 g;

| wtorek 2024-02-20 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa |
|--|--|--|
| masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE</u>), salata maslowa 10 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), | zupa dyniowa 100 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), | mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 30 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1177.34 kcal; Białko: 83.9 g; Węglowodany : 125.58 g; : 58.67 g; Tłuszcz: 48.21 g; : 21.3 g; : 13.83 g; : 2.94 g;

| wtorek 2024-02-20 | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g , | zupa dyniowa 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1133.75 kcal; Białko: 78.81 g; Węglowodany : 121.36 g; : 50.16 g; Tłuszcz: 48.14 g; : 20.26 g; : 14.88 g; : 2.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1128.13 kcal; Białko: 79.85 g; Węglowodany : 130.01 g; : 57.27 g; Tłuszcz: 43.85 g; : 15.36 g; : 18.3 g; : 2.77 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1109.81 kcal; Białko: 80.32 g; Węglowodany : 127.47 g; : 58.61 g; Tłuszcz: 35.28 g; : 9.43 g; : 19.8 g; : 3.51 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1147.66 kcal; Białko: 85.72 g; Węglowodany : 117.26 g; : 49.1 g; Tłuszcz: 47.67 g; : 20.54 g; : 16.57 g; : 3.28 g;

| wtorek 2024-02-20 | | 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: panacotta 150 g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1101.42 kcal; Białko: 45.15 g; Węglowodany : 162.64 g; : 53.99 g; Tłuszcz: 42.5 g; : 19.07 g; : 17.48 g; : 2.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-20 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna | |
|--|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 5 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g , | zupa dyniowa bg/bm 150 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU,</u>), schab gotowany II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 100 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 5 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u> ,), pomidor 50 g , | |
| II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g , | Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u> ,), | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1138.82 kcal; Białko: 79.95 g; Węglowodany : 125.51 g; : 51.13 g; Tłuszcz: 46.62 g; : 12.06 g; : 16.3 g; : 2.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 40 g , pasta z marchwi 50 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa kalafiorowa 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), mizeria 150 g (<u>MLE</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 80 g , papryka 40 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.23 kcal; Białko: 99.12 g; Węglowodany : 286.32 g ; : 51.23 g; Tłuszcz: 86.54 g ; : 40.71 g ; : 26.61 g ; : 7.08 g; | | |
| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , pasta z marchwi 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), | salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.01 kcal; Białko: 106.84 g; Węglowodany : 273.96 g ; : 51.02 g; Tłuszcz: 85.35 g ; : 34.44 g ; : 24.16 g ; : 7.8 g; | | |
| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), | salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.09 kcal; Białko: 108.77 g; Węglowodany : 290.93 g ; : 53.3 g; Tłuszcz: 69.05 g ; : 23.54 g ; : 26.09 g ; : 7.87 g; | | |
| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), mizeria 150 g (<u>MLE</u>), | herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: jabłko 150 g , | Podwieczorek: kiwi 90 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.83 kcal; Białko: 95.22 g; Węglowodany : 259.47 g ; : 61.35 g; Tłuszcz: 86.23 g ; : 35 g ; : 32.65 g ; : 6.62 g; | | |
| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), | herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: jablko 150 g , | Podwieczorek: kiwi 90 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.28 kcal; Białko: 93.28 g; Węglowodany : 241.43 g; : 50.65 g; Tłuszcz: 79.31 g; : 33.42 g; : 29.26 g; : 6.43 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna | | |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), | herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1800.63 kcal; Białko: 87.46 g; Węglowodany : 197.98 g; : 46.89 g; Tłuszcz: 77.51 g; : 33.08 g; : 19.48 g; : 5.73 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), | 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 , schab wiśniowy 60 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.53 kcal; Białko: 114.29 g; Węglowodany : 248.36 g; : 57.74 g; Tłuszcz: 88.34 g; : 36.25 g; : 24.26 g; : 8.55 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), mizeria 150 g (MLE,), | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 150 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.79 kcal; Białko: 86.54 g; Węglowodany : 362.2 g; : 105.68 g; Tłuszcz: 78.44 g; : 33.24 g; : 29.54 g; : 5.88 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna | | |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.15 kcal; Białko: 116.2 g; Węglowodany : 269.82 g; : 43.09 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21.48 g; : 26.61 g; : 8.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU , MLE ,), | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), | herbata 200 g , smoothie jabłkowe 300 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: mus z brzoskwiń 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1737.41 kcal; Białko: 69.95 g; Węglowodany : 241.18 g; : 122.82 g; Tłuszcz: 60.91 g; : 14.81 g; : 28.92 g; : 2.42 g;

| środa 2024-02-21 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 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 2024-02-21 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 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL ,), mizeria 150 g (MLE ,), | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE ,), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.38 kcal; Białko: 105.53 g; Węglowodany : 257.52 g; : 49.79 g; Tłuszcz: 82.43 g; : 34.81 g; : 31.69 g; : 7.47 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Bezmleczna | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU ,), chleb baltonowski 30 g (GLU ,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL ,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU ,), chleb razowy 105 g (GLU ,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.39 kcal; Białko: 110.9 g; Węglowodany : 303.2 g; : 58.8 g; Tłuszcz: 86.19 g; : 20.38 g; : 32.33 g; : 8.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Biegunkowa | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy BC 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2621.79 kcal; Białko: 118.17 g; Węglowodany : 310.79 g; : 60.28 g; Tłuszcz: 113.26 g; : 25.19 g; : 28.41 g; : 8.55 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Wegetariańska | | |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z marchwi 100 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , jajko sadzone 50 g , mizeria 150 g (MLE,), | chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.66 kcal; Białko: 47.84 g; Węglowodany : 351.69 g; : 89.4 g; Tłuszcz: 80.77 g; : 30.46 g; : 33.74 g; : 4.58 g;

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Roczna | | |
|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , mizeria 150 g (MLE,), | herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1735.11 kcal; Białko: 84.43 g; Węglowodany : 221.28 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 61.22 g; : 22.48 g; : 19.06 g; : 5.09 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.32 kcal; Białko: 115 g; Węglowodany : 318.97 g; : 89.96 g; Tłuszcz: 86.69 g; : 20.42 g; : 38.1 g; : 8.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), | sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2551.24 kcal; Białko: 118.38 g; Węglowodany : 363.19 g; : 116.82 g; Tłuszcz: 76.12 g; : 27.7 g; : 29.85 g; : 9.26 g;

| środa 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 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 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.59 kcal; Białko: 97.45 g; Węglowodany : 279.48 g; : 90.97 g; Tłuszcz: 86.76 g; : 32.93 g; : 27.59 g; : 6.26 g;

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 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 pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy BC 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.31 kcal; Białko: 104.8 g; Węglowodany : 275.21 g; : 57.55 g; Tłuszcz: 112.93 g; : 52.84 g; : 26.88 g; : 7.58 g;

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , ziemniaki puree 200 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 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 , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy BC 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2499.17 kcal; Białko: 104.26 g; Węglowodany : 275.99 g; : 58.27 g; Tłuszcz: 114.77 g; : 54.17 g; : 27.39 g; : 7.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.86 kcal; Białko: 98.63 g; Węglowodany : 269.37 g; : 64.19 g; Tłuszcz: 104.31 g; : 47.27 g; : 28.28 g; : 7.12 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.06 kcal; Białko: 97.48 g; Węglowodany : 258.18 g; : 63.97 g; Tłuszcz: 112.3 g; : 52.68 g; : 27.44 g; : 6.92 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.16 kcal; Białko: 99.65 g; Węglowodany : 264.39 g; : 67.66 g; Tłuszcz: 103.72 g; : 43.96 g; : 28.4 g; : 6.54 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), gotowany burak 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.41 kcal; Białko: 56.54 g; Węglowodany : 277.98 g; : 73.6 g; Tłuszcz: 126.73 g; : 63.62 g; : 27.5 g; : 6.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.21 kcal; Białko: 102.77 g; Węglowodany : 253.23 g; : 67.09 g; Tłuszcz: 112.49 g; : 49.52 g; : 33.17 g; : 6.6 g;

| środa 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.41 kcal; Białko: 103.95 g; Węglowodany : 263.22 g; : 65.89 g; Tłuszcz: 105.21 g; : 27.13 g; : 34.87 g; : 6.97 g;

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|------------------|---|---|
| | sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | |

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 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser topiony w plastrach 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.81 kcal; Białko: 48.32 g; Węglowodany : 257.13 g; : 72.2 g; Tłuszcz: 138.72 g; : 68.44 g; : 25.71 g; : 5.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: Bezmleczna | | |
|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.51 kcal; Białko: 96.82 g; Węglowodany : 257.14 g; : 62.8 g; Tłuszcz: 104.41 g; : 26.57 g; : 26.5 g; : 7.11 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 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: kisiel wiśniowy 200 g , kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.59 kcal; Białko: 97.45 g; Węglowodany : 279.48 g; : 90.97 g; Tłuszcz: 86.76 g; : 32.93 g; : 27.59 g; : 6.26 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 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: kisiel wiśniowy BC 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.31 kcal; Białko: 104.8 g; Węglowodany : 275.21 g; : 57.55 g; Tłuszcz: 112.93 g; : 52.84 g; : 26.88 g; : 7.58 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 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: kisiel wiśniowy BC 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2499.17 kcal; Białko: 104.26 g; Węglowodany : 275.99 g; : 58.27 g; Tłuszcz: 114.77 g; : 54.17 g; : 27.39 g; : 7.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 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: kisel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.86 kcal; Białko: 98.63 g; Węglowodany : 269.37 g; : 64.19 g; Tłuszcz: 104.31 g; : 47.27 g; : 28.28 g; : 7.12 g;

| środa 2024-02-21 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 konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g , | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 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: kisel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.06 kcal; Białko: 97.48 g; Węglowodany : 258.18 g; : 63.97 g; Tłuszcz: 112.3 g; : 52.68 g; : 27.44 g; : 6.92 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 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: kisel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.16 kcal; Białko: 99.65 g; Węglowodany : 264.39 g; : 67.66 g; Tłuszcz: 103.72 g; : 43.96 g; : 28.4 g; : 6.54 g;

| środa 2024-02-21 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gotowany burak 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: kisel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.41 kcal; Białko: 56.54 g; Węglowodany : 277.98 g; : 73.6 g; Tłuszcz: 126.73 g; : 63.62 g; : 27.5 g; : 6.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 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: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.21 kcal; Białko: 102.77 g; Węglowodany : 253.23 g; : 67.09 g; Tłuszcz: 112.49 g; : 49.52 g; : 33.17 g; : 6.6 g;

| środa 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowany burak 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.41 kcal; Białko: 103.95 g; Węglowodany : 263.22 g; : 65.89 g; Tłuszcz: 105.21 g; : 27.13 g; : 34.87 g; : 6.97 g;

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|------------------|---|---|
| | sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | |

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 2024-02-21 | | 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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser topiony w plastrach 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.81 kcal; Białko: 48.32 g; Węglowodany : 257.13 g; : 72.2 g; Tłuszcz: 138.72 g; : 68.44 g; : 25.71 g; : 5.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-21 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna | |
|---|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), | herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: kisiel wiśniowy 200 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.51 kcal; Białko: 96.82 g; Węglowodany : 257.14 g; : 62.8 g; Tłuszcz: 104.41 g; : 26.57 g; : 26.5 g; : 7.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-02-22 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 40 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa jarzynowa 350 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), polenta na słodko 200 g (<u>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 80 g , pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.83 kcal; Białko: 71.75 g; Węglowodany : 296.63 g; : 101.33 g; Tłuszcz: 83.3 g; : 43.65 g; : 29.64 g; : 8.8 g;

| czwartek 2024-02-22 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 , pieczony burak 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), polenta na słodko 200 g (<u>MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 150 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: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</u>), | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.25 kcal; Białko: 72.28 g; Węglowodany : 293.42 g; : 86.94 g; Tłuszcz: 72.94 g; : 32.87 g; : 20.03 g; : 8.48 g;

| czwartek 2024-02-22 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 , pieczony burak 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), polenta na słodko 200 g (<u>MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 150 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: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</u>), | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.25 kcal; Białko: 72.28 g; Węglowodany : 293.42 g; : 86.94 g; Tłuszcz: 72.94 g; : 32.87 g; : 20.03 g; : 8.48 g;

| czwartek 2024-02-22 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 krem z cukini BM/BG 300 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 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: 1925.89 kcal; Białko: 91.79 g; Węglowodany : 273.77 g; : 73.58 g; Tłuszcz: 57.88 g; : 26.55 g; : 30.09 g; : 7.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | |
|---|---|---|--|
| 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 masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 300 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 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: 1925.89 kcal; Białko: 91.79 g; Węglowodany : 273.77 g ; : 73.58 g; Tłuszcz: 57.88 g ; : 26.55 g ; : 30.09 g ; : 7.47 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna | |
|--|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 100 g , | herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 10 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: 1491.55 kcal; Białko: 82.54 g; Węglowodany : 219.28 g ; : 61.48 g; Tłuszcz: 36.71 g ; : 14.84 g ; : 24.51 g ; : 6.19 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | |
|--|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , surówka z marchwi 100 g , | 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 , pomidor 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: 1929.65 kcal; Białko: 112.8 g; Węglowodany : 218.33 g ; : 43.11 g; Tłuszcz: 71.76 g ; : 35.69 g ; : 21.32 g ; : 9.12 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa | |
|--|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), polenta na słodko 200 g (<u>MLE,</u>), sos truskawkowy 100 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 , pomidor 50 g , | |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.59 kcal; Białko: 42.26 g; Węglowodany : 344.99 g ; : 148.81 g; Tłuszcz: 57 g ; : 28.54 g ; : 30.59 g ; : 6.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , <u> </u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , chrupki kukurydziane 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL , <u> </u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , <u> </u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.46 kcal; Białko: 101.43 g; Węglowodany : 271.1 g ; : 39.22 g; Tłuszcz: 67.8 g ; : 13.31 g ; : 24.01 g ; : 7.43 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata |
|---|--|---|
| herbata 200 g , kaszka manna 200 g (GLU , MLE , <u> </u>), | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL , <u> </u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , smoothie bananowe 350 g , |
| II Śniadanie: mus jabłkowy 120 g , | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , <u> </u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1194.55 kcal; Białko: 61.25 g; Węglowodany : 201.39 g ; : 98.22 g; Tłuszcz: 21.02 g ; : 5.68 g ; : 23.49 g ; : 1.97 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona |
|--|---|--|
| herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE , <u> </u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , <u> </u>), | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL , <u> </u>), | herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 761.3 kcal; Białko: 19.41 g; Węglowodany : 142.8 g ; : 110.65 g; Tłuszcz: 15.89 g ; : 5.82 g ; : 16.12 g ; : .81 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Płynna |
|---------------------|--|-----------------------------|
| herbata 200 g , | Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU , SEL , <u> </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;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser żółty 60 g (MLE , <u> </u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (MLE , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL , <u> </u>), surówka z marchwi 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , <u> </u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.42 kcal; Białko: 106.47 g; Węglowodany : 285.14 g ; : 67.78 g; Tłuszcz: 69.43 g ; : 34.23 g ; : 38.88 g ; : 8.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 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 , pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.18 kcal; Białko: 94.34 g; Węglowodany : 319.19 g ; 70.46 g; Tłuszcz: 56.61 g ; 11.95 g ; 34.32 g ; 7.95 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 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: 1997.46 kcal; Białko: 101.43 g; Węglowodany : 271.1 g ; 39.22 g; Tłuszcz: 67.8 g ; 13.31 g ; 24.01 g ; 7.43 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (<u>SEL,</u>), polenta na słodko 200 g (<u>MLE,</u>), sos truskawkowy 100 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 , salátka warzywna 200 g , |
| II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.52 kcal; Białko: 53.27 g; Węglowodany : 321.52 g ; 128.37 g; Tłuszcz: 76.51 g ; 38.71 g ; 28.29 g ; 6.89 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 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, JAJ, MLE,</u>), | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1353.72 kcal; Białko: 75.54 g; Węglowodany : 154.77 g ; 29.85 g; Tłuszcz: 51.1 g ; 25.73 g ; 14.34 g ; 4.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g (SEL), surówka z marchwi 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pomidor 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2028.89 kcal; Białko: 105.53 g; Węglowodany : 286.3 g; : 66.92 g; Tłuszcz: 59.65 g; : 12.72 g; : 39.19 g; : 8.59 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), polenta na słodko 200 g (MLE), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE), gotowana marchewka juniorka 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , |
| II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE), | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1733.98 kcal; Białko: 64.45 g; Węglowodany : 235.85 g; : 69.67 g; Tłuszcz: 62.85 g; : 30.61 g; : 16.36 g; : 7.27 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 cukini BM/BG 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , 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: 1765.54 kcal; Białko: 70.42 g; Węglowodany : 247.28 g; : 98.01 g; Tłuszcz: 66.82 g; : 23.88 g; : 24.91 g; : 7.22 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU), masło 30 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 250 g (MLE), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), 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: 2242.65 kcal; Białko: 83.22 g; Węglowodany : 276.67 g; : 94.88 g; Tłuszcz: 94.47 g; : 44.47 g; : 24.23 g; : 8.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , | Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.15 kcal; Białko: 81.1 g; Węglowodany : 263.1 g; : 94.76 g; Tłuszcz: 94.12 g; : 44.4 g; : 23.55 g; : 8.34 g;

| czwartek 2024-02-22 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , | Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.6 kcal; Białko: 77.06 g; Węglowodany : 264.18 g; : 94.87 g; Tłuszcz: 85.85 g; : 38.9 g; : 25.62 g; : 8.16 g;

| czwartek 2024-02-22 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , | Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.8 kcal; Białko: 75.91 g; Węglowodany : 252.99 g; : 94.65 g; Tłuszcz: 93.84 g; : 44.31 g; : 24.78 g; : 7.96 g;

| czwartek 2024-02-22 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , | Podwieczerek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.64 kcal; Białko: 72.08 g; Węglowodany : 259.25 g; : 98.34 g; Tłuszcz: 83.78 g; : 34.92 g; : 25.74 g; : 7.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), polenta na słodko 100 g (MLE,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 1969.68 kcal; Białko: 55.71 g; Węglowodany : 246.55 g; : 102.95 g; Tłuszcz: 88.97 g; : 44.28 g; : 21.11 g; : 6.14 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2008.69 kcal; Białko: 75.2 g; Węglowodany : 248.08 g; : 97.77 g; Tłuszcz: 92.55 g; : 40.47 g; : 30.51 g; : 7.61 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , | zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2039.14 kcal; Białko: 76.56 g; Węglowodany : 257.17 g; : 96.91 g; Tłuszcz: 91.61 g; : 22.28 g; : 32.13 g; : 7.98 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), polenta na słodko 100 g (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: 1986.34 kcal; Białko: 44.36 g; Węglowodany : 241.43 g; : 76.53 g; Tłuszcz: 105.12 g; : 53.1 g; : 22.86 g; : 4.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 , | Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.5 kcal; Białko: 75.43 g; Węglowodany : 251.05 g; : 93.82 g; Tłuszcz: 92.29 g; : 22.4 g; : 23.76 g; : 8.14 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 brzoskwiniowy 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g , | Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1765.54 kcal; Białko: 70.42 g; Węglowodany : 247.28 g; : 98.01 g; Tłuszcz: 66.82 g; : 23.88 g; : 24.91 g; : 7.22 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 brzoskwiniowy 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.65 kcal; Białko: 83.22 g; Węglowodany : 276.67 g; : 94.88 g; Tłuszcz: 94.47 g; : 44.47 g; : 24.23 g; : 8.62 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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 brzoskwiniowy 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.15 kcal; Białko: 81.1 g; Węglowodany : 263.1 g; : 94.76 g; Tłuszcz: 94.12 g; : 44.4 g; : 23.55 g; : 8.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2088.6 kcal; Białko: 77.06 g; Węglowodany : 264.18 g; : 94.87 g; Tłuszcz: 85.85 g; : 38.9 g; : 25.62 g; : 8.16 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2112.8 kcal; Białko: 75.91 g; Węglowodany : 252.99 g; : 94.65 g; Tłuszcz: 93.84 g; : 44.31 g; : 24.78 g; : 7.96 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 1970.64 kcal; Białko: 72.08 g; Węglowodany : 259.25 g; : 98.34 g; Tłuszcz: 83.78 g; : 34.92 g; : 25.74 g; : 7.55 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL,), polenta na słodko 100 g (MLE,), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 1969.68 kcal; Białko: 55.71 g; Węglowodany : 246.55 g; : 102.95 g; Tłuszcz: 88.97 g; : 44.28 g; : 21.11 g; : 6.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2008.69 kcal; Białko: 75.2 g; Węglowodany : 248.08 g; : 97.77 g; Tłuszcz: 92.55 g; : 40.47 g; : 30.51 g; : 7.61 g;

| czwartek 2024-02-22 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , | zupa krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: 2039.14 kcal; Białko: 76.56 g; Węglowodany : 257.17 g; : 96.91 g; Tłuszcz: 91.61 g; : 22.28 g; : 32.13 g; : 7.98 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), polenta na słodko 100 g (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: 1986.34 kcal; Białko: 44.36 g; Węglowodany : 241.43 g; : 76.53 g; Tłuszcz: 105.12 g; : 53.1 g; : 22.86 g; : 4.24 g;

| czwartek 2024-02-22 | | 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 krem z cukini BM/BG 350 g (SEL), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), pieczona cukinia 150 g , polenta na słodko 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: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.5 kcal; Białko: 75.43 g; Węglowodany : 251.05 g; : 93.82 g; Tłuszcz: 92.29 g; : 22.4 g; : 23.76 g; : 8.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-02-23 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.7 kcal; Białko: 76.58 g; Węglowodany : 323.68 g; : 58.69 g; Tłuszcz: 79.83 g; : 31.18 g; : 28.27 g; : 6.24 g;

| piątek 2024-02-23 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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>), | pieczona cukinia 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 bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.95 kcal; Białko: 95.73 g; Węglowodany : 283.85 g; : 57.27 g; Tłuszcz: 85.46 g; : 33.73 g; : 26.82 g; : 7.46 g;

| piątek 2024-02-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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>), | pieczona cukinia 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.75 kcal; Białko: 96.96 g; Węglowodany : 291.08 g; : 61.43 g; Tłuszcz: 74.33 g; : 23.41 g; : 29.64 g; : 7.62 g;

| piątek 2024-02-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2149.95 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 273.79 g; : 60.41 g; Tłuszcz: 85 g; : 33.65 g; : 29.76 g; : 6.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 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 BC 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, 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 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083 kcal; Białko: 87.51 g; Węglowodany : 261.67 g; : 53.53 g; Tłuszcz: 83.16 g; : 32.52 g; : 28.7 g; : 6.66 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna |
|---|--|--|
| herbata 200 g , 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 ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 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 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1763.96 kcal; Białko: 70.57 g; Węglowodany : 208.81 g; : 56.72 g; Tłuszcz: 77.15 g; : 32.32 g; : 24.41 g; : 5.91 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa |
|---|--|--|
| 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 , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE,</u>), | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.25 kcal; Białko: 94.31 g; Węglowodany : 235.47 g; : 32.31 g; Tłuszcz: 86.41 g; : 34.22 g; : 25.64 g; : 7.32 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pieczona cukinia 50 g , dżem brzoskwinowy 150 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.6 kcal; Białko: 70.39 g; Węglowodany : 359.94 g; : 113.36 g; Tłuszcz: 77.6 g; : 32.91 g; : 32.94 g; : 5.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.55 kcal; Białko: 88.69 g; Węglowodany : 262.8 g; : 36.52 g; Tłuszcz: 90.51 g; : 18.87 g; : 22.39 g; : 7.69 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata |
|--|--|---|
| herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>), | zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), | herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g , |
| II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g , | Podwieczorek: koktajl mleczno bananowy 250 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1411.57 kcal; Białko: 50.76 g; Węglowodany : 231.79 g; : 130.57 g; Tłuszcz: 36.51 g; : 10.75 g; : 24.26 g; : 2.02 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona |
|--|--|--|
| herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>), | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</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;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Płynna |
|-------------------|---|-----------------------------|
| herbata 200 g , | Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</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;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), serek granii 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229 kcal; Białko: 103.25 g; Węglowodany : 272.48 g; : 58.02 g; Tłuszcz: 89.17 g; : 33.16 g; : 36.21 g; : 8.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 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,), | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.45 kcal; Białko: 88.45 g; Węglowodany : 300.51 g; : 58.91 g; Tłuszcz: 97.68 g; : 18.87 g; : 30.99 g; : 8.48 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,), | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), 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: 2349.1 kcal; Białko: 93.53 g; Węglowodany : 303.26 g; : 50.16 g; Tłuszcz: 102.58 g; : 18.79 g; : 24.55 g; : 7.81 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), serek grani 100 g (MLE,), pomidor 100 g , | surówka z kapusty białej 150 g (GOR,), kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,), | chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pieczona cukinia 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.2 kcal; Białko: 57.62 g; Węglowodany : 345.35 g; : 97.26 g; Tłuszcz: 86.21 g; : 34.26 g; : 30.5 g; : 4.52 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Roczna |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,), | herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1745.7 kcal; Białko: 74.41 g; Węglowodany : 233.38 g; : 73.73 g; Tłuszcz: 62.37 g; : 22.47 g; : 23.67 g; : 6.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana BM 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 , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.3 kcal; Białko: 87.52 g; Węglowodany : 303.81 g; : 90.81 g; Tłuszcz: 80.99 g; : 14.95 g; : 36.21 g; : 7.88 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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>), | pieczona cukinia 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.75 kcal; Białko: 86.41 g; Węglowodany : 344.43 g; : 113.78 g; Tłuszcz: 69.48 g; : 23.46 g; : 30.84 g; : 7.62 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 258.65 g; : 62.88 g; Tłuszcz: 74.8 g; : 25.16 g; : 29.68 g; : 6.15 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.25 kcal; Białko: 84.79 g; Węglowodany : 275.51 g; : 59.62 g; Tłuszcz: 101.92 g; : 45.2 g; : 27.42 g; : 7.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.75 kcal; Białko: 82.66 g; Węglowodany : 261.94 g; : 59.49 g; Tłuszcz: 101.57 g; : 45.12 g; : 26.74 g; : 7.08 g;

| piątek 2024-02-23 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.15 kcal; Białko: 78.66 g; Węglowodany : 263.22 g; : 59.74 g; Tłuszcz: 93.31 g; : 39.62 g; : 28.87 g; : 6.9 g;

| piątek 2024-02-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g , | zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.35 kcal; Białko: 77.51 g; Węglowodany : 252.03 g; : 59.52 g; Tłuszcz: 101.3 g; : 45.04 g; : 28.03 g; : 6.7 g;

| piątek 2024-02-23 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.5 kcal; Białko: 78.58 g; Węglowodany : 259.15 g; : 63.21 g; Tłuszcz: 91.16 g; : 36.12 g; : 28.99 g; : 6.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2468.72 kcal; Białko: 53.73 g; Węglowodany : 271.65 g; : 69.13 g; Tłuszcz: 135.77 g; : 62.53 g; : 28.01 g; : 6.55 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.55 kcal; Białko: 81.7 g; Węglowodany : 247.99 g; : 62.64 g; Tłuszcz: 99.93 g; : 41.67 g; : 33.76 g; : 6.53 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124 kcal; Białko: 83.06 g; Węglowodany : 257.08 g; : 61.78 g; Tłuszcz: 98.99 g; : 23.48 g; : 35.38 g; : 6.9 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 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 żółty 60 g (<u>MLE,</u>), pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.98 kcal; Białko: 57.22 g; Węglowodany : 250.93 g; : 67.63 g; Tłuszcz: 152.41 g; : 71.84 g; : 26.14 g; : 5.72 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.05 kcal; Białko: 77.03 g; Węglowodany : 250.09 g; : 58.69 g; Tłuszcz: 99.75 g; : 23.12 g; : 27.01 g; : 6.88 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 258.65 g; : 62.88 g; Tłuszcz: 74.8 g; : 25.16 g; : 29.68 g; : 6.15 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.25 kcal; Białko: 84.79 g; Węglowodany : 275.51 g; : 59.62 g; Tłuszcz: 101.92 g; : 45.2 g; : 27.42 g; : 7.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.75 kcal; Białko: 82.66 g; Węglowodany : 261.94 g; : 59.49 g; Tłuszcz: 101.57 g; : 45.12 g; : 26.74 g; : 7.08 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.15 kcal; Białko: 78.66 g; Węglowodany : 263.22 g; : 59.74 g; Tłuszcz: 93.31 g; : 39.62 g; : 28.87 g; : 6.9 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.35 kcal; Białko: 77.51 g; Węglowodany : 252.03 g; : 59.52 g; Tłuszcz: 101.3 g; : 45.04 g; : 28.03 g; : 6.7 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.5 kcal; Białko: 78.58 g; Węglowodany : 259.15 g; : 63.21 g; Tłuszcz: 91.16 g; : 36.12 g; : 28.99 g; : 6.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2468.72 kcal; Białko: 53.73 g; Węglowodany : 271.65 g; : 69.13 g; Tłuszcz: 135.77 g; : 62.53 g; : 28.01 g; : 6.55 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.55 kcal; Białko: 81.7 g; Węglowodany : 247.99 g; : 62.64 g; Tłuszcz: 99.93 g; : 41.67 g; : 33.76 g; : 6.53 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124 kcal; Białko: 83.06 g; Węglowodany : 257.08 g; : 61.78 g; Tłuszcz: 98.99 g; : 23.48 g; : 35.38 g; : 6.9 g;

| piątek 2024-02-23 | | 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 2024-02-23 | | 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 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 żółty 60 g (<u>MLE,</u>), pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.98 kcal; Białko: 57.22 g; Węglowodany : 250.93 g; : 67.63 g; Tłuszcz: 152.41 g; : 71.84 g; : 26.14 g; : 5.72 g;

| piątek 2024-02-23 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, 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 baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczona cukinia 50 g , pieczona cukinia 50 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.05 kcal; Białko: 77.03 g; Węglowodany : 250.09 g; : 58.69 g; Tłuszcz: 99.75 g; : 23.12 g; : 27.01 g; : 6.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, schab wiśniowy 60 g, papryka 40 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, cukinia gotowana 150 g, | chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g, | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g, | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.81 kcal; Białko: 86.16 g; Węglowodany : 293.34 g; : 59.75 g; Tłuszcz: 56.33 g; : 29.61 g; : 31.66 g; : 8.44 g; | | |
| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
| masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, schab wiśniowy 60 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g, cukinia gotowana 150 g, | chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, |
| II Śniadanie: banan 120 g, | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g, | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.29 kcal; Białko: 89.64 g; Węglowodany : 296.73 g; : 76.3 g; Tłuszcz: 55.43 g; : 29.51 g; : 23.6 g; : 8.45 g; | | |
| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, schab wiśniowy 60 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g, cukinia gotowana 150 g, | chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, |
| II Śniadanie: banan 120 g, | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g, | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.34 kcal; Białko: 89.6 g; Węglowodany : 296.53 g; : 76.16 g; Tłuszcz: 55.42 g; : 29.51 g; : 23.54 g; : 8.45 g; | | |
| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, schab wiśniowy 60 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, cukinia gotowana 200 g, | chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g, | Podwieczorek: jabłko 150 g, | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.06 kcal; Białko: 97.09 g; Węglowodany : 271.63 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 59.85 g; : 30.65 g; : 35.15 g; : 9.13 g; | | |
| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, schab wiśniowy 60 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, cukinia gotowana 200 g, | chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|-------------------------------------|--|
| II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE), | Podwieczorek: jabłko 150 g , | |
|---|-------------------------------------|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.06 kcal; Białko: 103.17 g; Węglowodany : 267.59 g; : 61.22 g; Tłuszcz: 63.61 g; : 33.01 g; : 32.87 g; : 9.32 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna | | |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 50 g (MLE), sałata lodowa 20 g , | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1530.94 kcal; Białko: 62.28 g; Węglowodany : 217.77 g; : 55.32 g; Tłuszcz: 50.53 g; : 27.69 g; : 22.33 g; : 5.82 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb bałtonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 50 g (MLE), sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g , | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb bałtonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1875.24 kcal; Białko: 97.04 g; Węglowodany : 249.75 g; : 48.48 g; Tłuszcz: 59.3 g; : 31.14 g; : 23.16 g; : 9.16 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa | | |
|--|---|--|
| chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb bałtonowski 30 g (GLU), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb bałtonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta z marchwi 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.68 kcal; Białko: 40.67 g; Węglowodany : 336.82 g; : 102.17 g; Tłuszcz: 52.32 g; : 24.91 g; : 31.14 g; : 5.15 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna | | |
|--|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g , | Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU , SEL), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , herbata 200 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1922.53 kcal; Białko: 104.27 g; Węglowodany : 273.17 g; : 30.06 g; Tłuszcz: 56.7 g; : 12.48 g; : 21.4 g; : 6.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata | | |
|---|---|--|
| herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), | kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 200 g (<u>SEL</u> ,), cukinia gotowana 150 g , | koktajl bananowy 300 g (<u>MLE</u> ,), herbata 200 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,), | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 300 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.18 kcal; Białko: 96.02 g; Węglowodany : 239.2 g; : 125.16 g; Tłuszcz: 16.04 g; : 7.34 g; : 18.04 g; : 2.66 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona | | |
|--|---|--|
| herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 2 szt (<u>MLE</u> ,), | zupa koperkowa 500 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , | mus jabłkowy 200 g , herbata 200 g , smoothie bananowe 350 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 690.98 kcal; Białko: 21.32 g; Węglowodany : 132.44 g; : 106.61 g; Tłuszcz: 11.95 g; : 6.16 g; : 16.1 g; : 1.21 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Płynna | | |
|---|--|-----------------|
| herbata 200 g , | Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), | herbata 200 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 143.23 kcal; Białko: 5.04 g; Węglowodany : 30.47 g; : 3.99 g; Tłuszcz: 1.05 g; : .22 g; : 3.99 g; : .45 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> ,), sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g , | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u> ,), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1819.64 kcal; Białko: 88.14 g; Węglowodany : 256.58 g; : 54.08 g; Tłuszcz: 55.87 g; : 29.41 g; : 31.81 g; : 8.33 g;

| sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: Bezmleczna | | |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u> ,), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1919.94 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 289.16 g; : 55.02 g; Tłuszcz: 52.55 g; : 13.31 g; : 27.25 g; : 9.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-02-24 | | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |
|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , | Zupa rosół wywar (plynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 100 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: banan 120 g , | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.56 kcal; Białko: 112.62 g; Węglowodany : 297.85 g; : 62.78 g; Tłuszcz: 74.39 g; : 17 g; : 22.77 g; : 7.64 g;

| sobota 2024-02-24 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska |
|--|---|---|
| chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), | kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), risotto warzywne 400 g (MLE, SEL,), | chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w plastrach 50 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.95 kcal; Białko: 53.58 g; Węglowodany : 289.89 g; : 58.59 g; Tłuszcz: 65.68 g; : 39.16 g; : 25.46 g; : 5.4 g;

| sobota 2024-02-24 | | Jadłospis dla diety: Roczna |
|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), | Zupa rosół wywar (plynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb pszenny 60 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , |
| II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , | Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1704.58 kcal; Białko: 103.52 g; Węglowodany : 212.88 g; : 33 g; Tłuszcz: 59.09 g; : 14.49 g; : 19.1 g; : 5.75 g;

| sobota 2024-02-24 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna |
|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1841.77 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 255.36 g; : 52.2 g; Tłuszcz: 54.78 g; : 14.1 g; : 31.81 g; : 9.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-02-24 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | |
|--|--|--|--|
| masło 20 g (MLE), ser twarogowy 50 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), | gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ryż 150 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , | |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1795.94 kcal; Białko: 74.14 g; Węglowodany : 269.27 g; : 54.56 g; Tłuszcz: 52.07 g; : 28.02 g; : 22.93 g; : 7.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-02-25 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 , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kotlet schabowy panierowany 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 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>), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.58 kcal; Białko: 94.56 g; Węglowodany : 283.27 g; : 28.85 g; Tłuszcz: 79.94 g; : 31.78 g; : 30.45 g; : 7.52 g; | | |
| niedziela 2024-02-25 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 z marchwi 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g , | sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.31 kcal; Białko: 111.8 g; Węglowodany : 254.95 g; : 31.93 g; Tłuszcz: 65.07 g; : 31 g; : 28.04 g; : 9.18 g; | | |
| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g , | sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.4 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 271.92 g; : 34.21 g; Tłuszcz: 48.77 g; : 20.09 g; : 29.97 g; : 9.25 g; | | |
| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.55 kcal; Białko: 100.49 g; Węglowodany : 241.86 g; : 32.71 g; Tłuszcz: 63.71 g; : 30.57 g; : 30.66 g; : 8.03 g; | | |
| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.55 kcal; Białko: 99.5 g; Węglowodany : 227.79 g; : 23.79 g; Tłuszcz: 58.55 g; : 29.99 g; : 27.99 g; : 7.8 g;

| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1561.77 kcal; Białko: 93.66 g; Węglowodany : 178.92 g; : 27.8 g; Tłuszcz: 57.57 g; : 29.8 g; : 23.37 g; : 7.05 g;

| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa | | |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , | Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.36 kcal; Białko: 108.12 g; Węglowodany : 244.99 g; : 38.95 g; Tłuszcz: 65.77 g; : 31.74 g; : 29.13 g; : 8.92 g;

| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa | | |
|--|---|---|
| herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g , |
| II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.88 kcal; Białko: 86.97 g; Węglowodany : 338.92 g; : 84.81 g; Tłuszcz: 55.71 g; : 28.52 g; : 32.7 g; : 6.82 g;

| niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna | | |
|---|--|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.66 kcal; Białko: 112.45 g; Węglowodany : 261.98 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 85.72 g; : 20.64 g; : 24.36 g; : 9.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata |
|---|---|---|
| herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), | zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana pałka z kurczaka bez selera 140 g , dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1115.85 kcal; Białko: 69.01 g; Węglowodany : 154.77 g; : 63.73 g; Tłuszcz: 28.62 g; : 8.56 g; : 18.2 g; : 1.99 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 wywar warzywny 350 g (<u>SEL</u> ,), | 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;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Płynna |
|----------------------|--|-----------------------------|
| herbata 200 g , | Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), | herbata 200 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u> ,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.96 kcal; Białko: 110.79 g; Węglowodany : 234.49 g; : 28.92 g; Tłuszcz: 60.73 g; : 30.53 g; : 34.85 g; : 8.84 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (<u>SEL</u> ,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2137.61 kcal; Białko: 110.19 g; Węglowodany : 268.8 g; : 31.74 g; Tłuszcz: 75.79 g; : 19.75 g; : 30.29 g; : 9.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Biegunkowa | |
|---|---|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g , | |
| II Śniadanie: galaretką malinową 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.01 kcal; Białko: 117.4 g; Węglowodany : 282.97 g; : 39.8 g; Tłuszcz: 86.86 g; : 20.92 g; : 26.37 g; : 9.45 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska | |
|---|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z marchwi 100 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,), dynia gotowana 150 g , | chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), | |
| II Śniadanie: galaretką malinową 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.11 kcal; Białko: 43.54 g; Węglowodany : 373.24 g; : 74.79 g; Tłuszcz: 57.76 g; : 25.62 g; : 39.48 g; : 4.62 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Roczna | |
|---|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , sałata lodowa 20 g , | |
| II Śniadanie: galaretką malinową 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.7 kcal; Białko: 84.77 g; Węglowodany : 197.62 g; : 44.34 g; Tłuszcz: 38.48 g; : 17.76 g; : 21.98 g; : 6.02 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna | |
|--|---|--|--|
| herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , | |
| II Śniadanie: galaretką malinową 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.95 kcal; Białko: 114.23 g; Węglowodany : 284.5 g; : 62.82 g; Tłuszcz: 60.29 g; : 16.15 g; : 36.06 g; : 9.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , | kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , | salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwinowy 150 g , schab wiśniowy 80 g , |
| II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.68 kcal; Białko: 120.34 g; Węglowodany : 320.3 g ; : 82.63 g; Tłuszcz: 45.15 g ; : 20.11 g ; : 28.5 g ; : 9.99 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g , |
| II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1608.5 kcal; Białko: 99.35 g; Węglowodany : 205.21 g ; : 33.14 g; Tłuszcz: 55.78 g ; : 25.35 g ; : 26.22 g ; : 6.93 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , salata maslowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2068.35 kcal; Białko: 106.75 g; Węglowodany : 238.97 g ; : 30.02 g; Tłuszcz: 81.95 g ; : 45.26 g ; : 25.54 g ; : 8.3 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu |
|--|---|--|
| herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , salata maslowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.21 kcal; Białko: 106.22 g; Węglowodany : 239.75 g ; : 30.73 g; Tłuszcz: 83.8 g ; : 46.59 g ; : 26.04 g ; : 8.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.3 kcal; Białko: 100.59 g; Węglowodany : 226.48 g; : 30 g; Tłuszcz: 73.33 g; : 39.68 g; : 26.93 g; : 7.84 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.5 kcal; Białko: 99.44 g; Węglowodany : 215.29 g; : 29.78 g; Tłuszcz: 81.32 g; : 45.1 g; : 26.09 g; : 7.65 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.6 kcal; Białko: 101.61 g; Węglowodany : 221.5 g; : 33.47 g; Tłuszcz: 72.74 g; : 36.38 g; : 27.05 g; : 7.27 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko: 57.4 g; Węglowodany : 233.29 g; : 38.67 g; Tłuszcz: 111.8 g; : 59.16 g; : 25.44 g; : 6.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), gotowana szynka II danie 120 g (SEL), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1871.65 kcal; Białko: 104.73 g; Węglowodany : 210.33 g; : 32.9 g; Tłuszcz: 81.51 g; : 41.93 g; : 31.82 g; : 7.32 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), gotowana szynka II danie 120 g (SEL), dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1847.85 kcal; Białko: 105.9 g; Węglowodany : 220.33 g; : 31.7 g; Tłuszcz: 74.24 g; : 19.55 g; : 33.52 g; : 7.69 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | |
|---|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL), kompot 200ml BC 200 g , kasza jęczmienna 150 g (GLU), pieczeń wieprzowa z szynki 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU), masło 30 g (MLE), schab wiśniowy 80 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g , | |
| II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.09 kcal; Białko: 103.29 g; Węglowodany : 244.15 g; : 58.24 g; Tłuszcz: 105.23 g; : 52.24 g; : 28.74 g; : 7.55 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser topiony w plastrach 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.73 kcal; Białko: 44.35 g; Węglowodany : 212.19 g; : 37.27 g; Tłuszcz: 122.77 g; : 63.55 g; : 23.65 g; : 4.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1862.95 kcal; Białko: 98.77 g; Węglowodany : 214.25 g; : 28.61 g; Tłuszcz: 73.44 g; : 18.99 g; : 25.15 g; : 7.83 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1628.5 kcal; Białko: 99.95 g; Węglowodany : 209.53 g; : 33.14 g; Tłuszcz: 55.78 g; : 25.35 g; : 26.22 g; : 6.93 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2068.35 kcal; Białko: 106.75 g; Węglowodany : 238.97 g; : 30.02 g; Tłuszcz: 81.95 g; : 45.26 g; : 25.54 g; : 8.3 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.21 kcal; Białko: 106.22 g; Węglowodany : 239.75 g; : 30.73 g; Tłuszcz: 83.8 g; : 46.59 g; : 26.04 g; : 8.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.3 kcal; Białko: 100.59 g; Węglowodany : 226.48 g; : 30 g; Tłuszcz: 73.33 g; : 39.68 g; : 26.93 g; : 7.84 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.5 kcal; Białko: 99.44 g; Węglowodany : 215.29 g; : 29.78 g; Tłuszcz: 81.32 g; : 45.1 g; : 26.09 g; : 7.65 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.6 kcal; Białko: 101.61 g; Węglowodany : 221.5 g; : 33.47 g; Tłuszcz: 72.74 g; : 36.38 g; : 27.05 g; : 7.27 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko: 57.4 g; Węglowodany : 233.29 g; : 38.67 g; Tłuszcz: 111.8 g; : 59.16 g; : 25.44 g; : 6.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), gotowana szynka II danie 120 g (SEL), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE), kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1871.65 kcal; Białko: 104.73 g; Węglowodany : 210.33 g; : 32.9 g; Tłuszcz: 81.51 g; : 41.93 g; : 31.82 g; : 7.32 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), gotowana szynka II danie 120 g (SEL), dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1847.85 kcal; Białko: 105.9 g; Węglowodany : 220.33 g; : 31.7 g; Tłuszcz: 74.24 g; : 19.55 g; : 33.52 g; : 7.69 g;

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | |
|--|--|--|--|
| herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g , | zupa rosolnik WEGE 150 g (SEL), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU), pieczeń wieprzowa z szynki 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), | herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU), masło 10 g (MLE), schab wiśniowy 30 g , pomidor 50 g , pomidor 50 g , | |
| II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , | Podwieczorek: pomarańczko 200 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1303.95 kcal; Białko: 78.11 g; Węglowodany : 126.91 g; : 52.31 g; Tłuszcz: 64.38 g; : 28.44 g; : 18.17 g; : 4.77 g;

| niedziela 2024-02-25 | | 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 rosolnik 350 g (SEL), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser topiony w plasterkach 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , | |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.73 kcal; Białko: 44.35 g; Węglowodany : 212.19 g; : 37.27 g; Tłuszcz: 122.77 g; : 63.55 g; : 23.65 g; : 4.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-25 | | Jadłospis dla diety: Bezmleczna |
|---|---|---|
| herbata 200 g , chleb razowy 50 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , | zupa rosolnik 350 g (SEL,), gotowana szynka II danie 120 g (SEL,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , | herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , |
| II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , | Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1862.95 kcal; Białko: 98.77 g; Węglowodany : 214.25 g; : 28.61 g; Tłuszcz: 73.44 g; : 18.99 g; : 25.15 g; : 7.83 g;